

Settembre 2025 - € 1,50

GialloZafferano

8 idee
con l'uva
creative
e gustose

**Le ricette con la
friggitrice ad aria**

di Benedetta Rossi



**Pesti colorati
per tutti i gusti**

**Scuola
di cucina**

con Sebastian Fitarau
Resident Chef
GialloZafferano



Mare e monti a tavola

Ricette dai profumi intensi che rallegrano le cene d'estate
in compagnia. Gamberi, filetti di pesce, verdure, funghi e frutti
di bosco si uniscono dando vita a piatti pieni di sapore



GRUPPO MONDADORI

Anno 9 - N 1 - Mensile - Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - Aut. n° MIP/L0 - NO/199/A.P./2020 - Periodico ROC - Austria € 6,50 - Belgio € 4,50 - Germania € 6,50 - Cote D'Azur € 6,00 - Portogallo € 4,00 - Spagna € 4,00 - Stati Uniti \$ 6,50 - Svizzera CHF 4,80 - Svizzera Italiana CHCT 4,80

IN EDICOLA IL 12 AGOSTO 2025

Senza il suo territorio sarebbe solo prosciutto.



IL PROSCIUTTO DI SAN DANIELE È MOLTO DI PIÙ.

È il risultato di un equilibrio profondo tra qualità, ambiente e persone. Nasce in un luogo unico dove il microclima è un ingrediente fondamentale, il tempo è un fattore determinante e prendersi cura del territorio è un gesto quotidiano. È frutto di una lavorazione controllata e certificata, ma anche attenta all'ambiente attraverso la salvaguardia delle acque e il recupero degli scarti in ottica di economia circolare. Il valore autentico è nel sapere delle persone che lavorano ogni singolo giorno nei prosciuttifici e ne vivono i luoghi. È il risultato di un sistema produttivo basato sulla trasparenza, sull'innovazione e la tracciabilità affinché qualità e sicurezza si possano ritrovare in ogni fetta. Perché scegliere il Prosciutto di San Daniele Dop significa scegliere un modo più consapevole di vivere il cibo.

ECCELLENZA NATURALE, SOSTENIBILITÀ EUROPEA.



Cofinanziato
dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE
CAMPAGNE CHE PROMUOVONO
IL RISPETTO DELL'AMBIENTE.



ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



Simona Stoppa
Direttore

BENVENUTI in cucina

Il periodo tra agosto e settembre porta in tavola sapori pieni e sorprendenti. È il momento perfetto per riscoprire i piatti “mare e monti”, dove funghi, more e lamponi incontrano varietà di pesci delicati e crostacei gustosi in abbinamenti originali: un mix di consistenze e profumi che esalta ogni boccone.

Quando poi ci assale il pensiero che l'estate è bella, ma a breve finirà, c'è un prodotto della natura pronto a tirarci su il morale grazie al suo gusto dolce e appagante: l'uva. Piccola, succosa e simbolo di abbondanza, è un frutto che accompagna l'uomo da millenni. Ricca di zuccheri naturali, minerali e antiossidanti, l'uva si gusta fresca o in piatti salati, abbinata a formaggi, carni bianche e cereali. E per chi ama i sapori verdi, è tempo di pesti: rucola, prezzemolo, basilico, frutta secca o semi per condimenti sempre diversi, ideali su pasta, bruschette o verdure. Diamo dunque il via ai sapori pieni di natura: un successo assicurato per salute e palato!

Simona Stoppa, direttore

il consiglio di **Manuel Saraceno** Ambassador GialloZafferano

Il riso ideale per la paella è il riso bomba, una varietà a chicco corto che assorbe bene i liquidi senza scuocere, mantenendo una consistenza compatta e saporita. In alternativa, anche il riso Arborio o il Carnaroli possono andare bene, purché si faccia attenzione a non mescolare troppo e a controllare i tempi di cottura per evitare che rilascino troppo amido.



settembre

sommario



50

Hamburger con pesto e stracciatella



39

Gamberi e funghi con edamame e pomodorini

RICETTE VEGETARIANE
O A BASSO CONTENUTO
DI ORIGINE ANIMALE

3 Benvenuti in cucina

Prodotto di stagione

Menu di stagione

9 Fichi

8 modi per...

12 cucinare con l'uva

Un mese in cucina

SUBITO PRONTO

22 6 spuntini veloci, sani e golosi

Ricette con la friggitrice ad aria

26 Biscotti 3 ingredienti e muffin con gocce di cioccolato

Menu subito pronto

28 Finger food in terrazzo

In pescheria

30 Seppie ripiene

Preparo e congelo

32 Polpette golose di carne al pomodoro

SAPORI DELLA TRADIZIONE

36 6 piatti mare e monti

Menu sapori della tradizione

40 Pranzo ligure

Freschezza al banco

42 Merluzzo in umido con capperi e olive

Ricetta antispreco

43 Insalata di pollo marinato e pomodorini

Dal macellaio

44 Tagliatelle al ragù bianco

SANO E LEGGERO

48 6 piatti con i pesti

Menu sano e leggero

52 Strati di gusto

Dal fruttivendolo

56 Pesche ripiene al forno

DOMENICA A TAVOLA

60 6 delizie sotto vetro

Menu della domenica

64 Ricette al gratin

Piaceri in bottiglia

66 Bere bene

DOLCI FATTI IN CASA

70 6 dolci ricordi di viaggio

74 L'arte della pasticceria

La borsa della spesa

76 Agosto

Menu più gusto meno spesa

80 Mangiar bene con poco

Il gusto del viaggio

Campania

82 Costiera Amalfitana, incanto mediterraneo

Soste golose

88 Ristorante 13 Giugno

La nostra Scuola di cucina

91 Salsa al prezzemolo

Ricetta base

92 Salsa Teryaki

Ricetta step by step

94 Tagliata di manzo

In più...

Indispensabili

86 A tavola

Indispensabili

90 In cucina

Schede ricette

96 Sapori a contrasto



Morbido, profumato, delicato.



Il gusto della montagna ogni giorno sulla tua tavola.

elenco RICETTE

Antipasti

Ceviche di capesante con mela verde e uva	15
Chutney di mango con zenzero e cannella	63
Cornetti di sfoglia con prosciutto e mozzarella	24
Corona con pesto alle erbe aromatiche	47
Focaccia con crudo e fichi freschi	11
Focaccia genovese	40
Focaccine di patate con pomodorini e olive	23
Frollini salati con mix di semi	24
Insalata con fichi lamponi e noci	11
Peperoncini piccanti farciti di tonno	60
Peperoni sott'olio	59
Pomodori secchi sott'olio alla contadina con erbe e capperi	61
Pomodori verdi in salsa agropiccante	62
Salsa al prezzemolo	91
Salsa teriyaki	92
Schiacciata con uva rossa	14
Tartine con alici e burro	29
Tonno sott'olio fatto in casa	61
Torrette di pera barbabietola e feta	52

Primi

Fusilli al pesto di basilico e ciliegini	49
Fusilli con uva e pomodorini gialli	18
Fusilli con zabaione alla birra e pancetta	28
Hamburger con pesto e stracciatella	50
Lasagna bianca di zucchine	53
Lasagna di patate fagiolini e pesto di basilico	51
Linguine con pesto di rucola e pomodori secchi	50
Linguine con ragù di nasello e funghi allo zafferano	37
Maccheroni al forno con zucchine	

e mandorle	65
Paella ai frutti di mare con salsiccia	36
Pansoti liguri con salsa di noci	41
Pasta con pesto di rucola, melanzane sott'olio e stracciatella	48
Pasta melanzane e tonno	81
Pizza al pesto con finferli e tartare di gamberi	38
Risotto con uva bianca e salsiccia	17
Spaghetti alla Nerano	84
Tagliatelle al ragù bianco	45
Tagliolini verdi con gamberi e tartufo nero	38
Tasche farcite con bresaola e maionese al lime	23
Testaroli al pesto	35
Tramezzini con robiola, confettura di fichi e noci	22

Secondi

Arrosto di tacchino con uva al forno	15
Calamari ripieni con uva e pomodorini datterini	18
Coniglio in umido con uvetta e pinoli	41
Frittata di patate e zucchine	80
Gamberi e funghi con edamame e pomodorini	39
Gattò di patate napoletano	84
Insalata di pollo marinato e pomodorini	43
Merluzzo in umido con capperi e olive	42
Pollo alla griglia con pesto alle erbe	51
Pollo in padella con cipolle, uva burrata	17
Polpette golose di carne al pomodoro	32
Polpetti con pomodorini edamame e uva	15
Rotolini di zucchine	64
Sarde gratinate	65
Seppie ripiene	31
Sogliole alla mugnaia con coulis di mirtilli	37
Tagliata di manzo	94

Dolci

Barrette energetiche di frutta secca al miele	21
Bavarese light al mango	53
Biscotti 3 ingredienti	27
Cannoli siciliani	89
Cheesecake al limone	74
Churros spagnoli	69
Crema catalana	72
Cupcakes ai mirtilli	25
Dessert al bicchiere con crema e ribes	53
Gazpacho di anguria e fragole	29
Granita al limone	75
Kataifi con noci e pistacchi	71
Mini Tarte Tatin	72
Muffin con gocce di cioccolato	26
Pancakes con sciroppo d'acero e frutta fresca	71
Pasteis de nata	73
Pavlova alla crema con pesche e mirtilli	70
Pesche gialle sciropate al vino dolce	63
Pesche ripiene al forno	57
Tartellette ai fichi	11
Torta gelato	81

"Campagna promozionale 2024" realizzata nell'ambito dell'intervento SRG010 Anno 2023 "Promozione dei prodotti di qualità" del Complemento per lo sviluppo rurale della Toscana 2023-2027, cofinanziato con il Fondo europeo agricolo per lo sviluppo rurale (FEASR).



Olio Extra Vergine Toscano IGP

Complici da sempre.

Luisanna Messeri

exaltastudio.com



GialloZafferano per **BRIMI**

Vivi la natura con Brimi

**Gusta il vero sapore dell'Alto Adige
e vinci un soggiorno in un Vitalpina Hotel Südtirol**

Photos© Manuel Kottersteiger



Amore per il territorio, rispetto per la qualità delle materie prime e per la sostenibilità. Questi i punti di incontro tra Brimi - la prima e unica Mozzarella 100% Alto Adige - e il gruppo Vitalpina Hotels Südtirol. Oggi il gusto dell'Alto Adige può farti vincere un'esperienza in queste strutture, curatissime dalla tavola alle escursioni benessere, dai nomi evocativi come "Respiro" e "Bagno nel bosco". Programma la tua immersione nella natura, a partire dal gusto autentico di Brimi, la cooperativa che lavora il latte proveniente dai piccoli masi d'altura locali. Brimi e Vitalpina Hotels insieme, perché tu possa trovare questo territorio sempre vivo e intatto nella sua naturale bellezza.



Scegli tra i multipack di Mozzarella Classic, Mozzarella Armonia e Mozzarella Latte Fieno.

Concorso Vinci con Brimi Vivi la tua vacanza nella natura

Se ami Brimi ami il Südtirol! Partecipa al concorso Brimi e prova a vincere un voucher del valore di 5.000 euro da utilizzare in uno o più Vitalpina Hotels Südtirol, oppure uno dei 28 week end per due persone in un Vitalpina Hotel. Acquista almeno una confezione multipack di mozzarella Brimi (come da regolamento) e carica lo scontrino sul sito

www.vinciconbrimi.it

Durata concorso dal 1° aprile al 31 ottobre 2025. Montepremi indicativo € 21.800,00 IVA inclusa. Regolamento completo su www.vinciconbrimi.it



**VITALPINA
HOTELS
SÜDTIROL**

Fichi

Carnosi e con note di miele

Pianta dal fascino millenario e coltivata fin dall'antichità, il fico appartiene alla famiglia delle Moracee e cresce rigoglioso soprattutto nelle regioni del Sud Italia. Ciò che chiamiamo "frutto", in realtà, è un'infiorescenza dolce e carnosa, il *siconio*, che nasconde al suo interno piccoli fiori e minuscoli frutti croccanti. Le varietà coltivate sono tantissime, con bucce che spaziano dal bianco al verde fino al viola intenso: quelle a buccia scura sono perfette da gustare fresche o da trasformare in marmellate, mentre quelle chiare si prestano particolarmente all'essiccazione. E non è solo delizioso, il fico è anche una preziosa fonte di fibre, sali minerali e principi attivi naturali, ed è apprezzato in fitoterapia per le sue proprietà emollienti, digestive, rimineralizzanti e leggermente lassative.

Guanti alla mano!

Se hai mai raccolto un fico dall'albero, avrai notato quel liquido biancastro che fuoriesce dai frutti acerbi, dalle foglie e dai rami. È il "latte di fico", una sostanza da sempre usata come abbronzante rapido, ma in realtà molto irritante, se applicata sulla pelle esposta al sole. La ragione è la presenza di *furanocumarine*, sostanze fotosensibilizzanti che, a contatto con i raggi solari, provocano reazioni infiammatorie, scottature e macchie scure persistenti sulla pelle. Per questo motivo, quando ti capita di raccogliere fichi selvatici, non dimenticare di proteggerti con guanti e abiti che coprano bene la pelle!



UN MENU con I FICHI



Azzuchef

**Food Creator
GialloZafferano**

ingegnere di formazione Azzurra nel 2012 ha aperto il suo blog crescendo in poco tempo. Dal 2016, ha iniziato a organizzare corsi di cucina e nel 2021 ha aperto una sede fissa di corsi di cucina @azzuchefcookinglab a San Mauro Pascoli (FC). Sui suoi canali social propone ricette per tutti i gusti, con un occhio di riguardo ai piatti sani.



Insalata con fichi, lamponi e noci

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
2 minuti

INGREDIENTI PER 4

spinacino fresco 150 g (circa 4-5 manciate)
- **pomodorini rossi** 150 g (circa 10-12 pomodorini) - **fichi freschi** 4-5 - **lamponi** 50 g (circa ⅓ di tazza) - **noci pecan** 30 g (circa ¼ di tazza) **PER CONDIRE** sale - **pepe** - **aceto balsamico** - **olio extravergine**

1. Lava gli spinacini e asciugali bene. Sciacqua anche i pomodorini e tagliali a metà o in quarti, a seconda delle dimensioni, poi taglia i fichi a spicchi sottili. Tosta leggermente le noci pecan in una padella antiaderente per 2-3 minuti, finché diventano croccanti, e lascia raffreddare.

2. Assembla l'insalata, quindi in una ciotola capiente unisci gli spinacini, i pomodorini, i fichi, i lamponi e le noci pecan.

3. Condisci con un filo d'olio, qualche goccia di aceto balsamico, sale e pepe a piacere (se preferisci, puoi anche aggiungere qualche fogliolina di menta fresca per un tocco in più). Mescola delicatamente e servi subito, così l'insalata rimarrà fresca e croccante.



Focaccia con crudo e fichi freschi

 Preparazione
30 min+rip

 Cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 6

farina 00 500 g - **acqua tiepida** 300 ml
- **sale** 10 g - **zucchero** 10 g - **lievito di birra secco** 7 g (o 25 g fresco) - **olio extravergine** 50 ml - **miele** 1 cucchiaino (facoltativo)
PER LA FARCITURA prosciutto crudo 50 g, affettato sottile - **fichi freschi** 4-6 - **olio extravergine** **PER CONDIRE** sale - **pepe**

1. In una ciotola sciogli il lievito nell'acqua tiepida con il miele e lascia riposare 5-10 minuti, finché diventa schiumoso. Aggiungi farina, sale e olio, poi mescola fino a ottenere un impasto omogeneo. Trasferiscilo su una spianatoia infarinata e lavoralo per 10 minuti, finché risulta liscio ed elastico. Sistemalo in una ciotola unta, copri e fai lievitare al caldo per 1-2 ore, fino al raddoppio.

2. Una volta lievitato, stendilo con le mani su una teglia rivestita con carta forno, formando uno spessore di 2-3 cm. Copri e lascia riposare per altri 20-30 minuti.

3. Con la punta delle dita forma delle fossette sulla superficie della focaccia, poi spennellala con un filo d'olio. Cuoci in forno preriscaldato a 220° per 20-25 minuti, finché sarà dorata e croccante.

4. Sforna la focaccia e lasciala intiepidire. Distribuisci le fette di prosciutto, poi aggiungi i fichi tagliati a fettine. Completa, se vuoi, con un filo d'olio, un pizzico di sale e pepe. Servi calda o a temperatura ambiente.



Tartellette ai fichi

 Preparazione
20 minuti

 Cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4-6

PER LA PASTA BRISE ALL'OLIO farina di farro o integrale o tipo 1 250 g - **acqua** 100 ml - **olio di semi di girasole** 90 ml - **miele** 1 cucchiaino (facoltativo) - **sale** 1 pizzico
- **limone** ½, la scorza **PER IL RIPIENO DI 1 TARTELLETTA** formaggio spalmabile 50 g - **fico** 1 - **scaglie di mandorle**

1. Per la brisè versa tutti gli ingredienti in una ciotola, mescola con un cucchiaino, poi lavoralo brevemente con le mani fino a ottenere un panetto omogeneo.

2. Stendi la pasta direttamente sulla carta forno in una forma circolare dello spessore di circa 3 mm. Spalma il formaggio, taglia il fico e disponilo a raggiera, avendo cura di lasciare 2-3 cm di bordo nella parte esterna.

3. Richiudi i bordi della pasta su loro stessi, infine decora con scaglie di mandorle. Cuoci in forno a 180° per circa 25-30 minuti, finché la tartelletta risulterà ben cotta.



IL CONSIGLIO

La particolarità della pasta brisè all'olio è che non va fatta riposare, poiché l'olio tenderebbe a separarsi dagli altri ingredienti, rendendo l'impasto difficile da stendere. Per questo è meglio lavorarla subito, stenderla e farcirla senza attendere.

8 MODI per...

cucinare CON L'UVA

**Piccola, dolce e ricca di storia:
l'uva non smette mai di stupire,
sia per il suo gusto sia
per la sua versatilità in cucina**

a cura di Elena Di Renzo
foto di Antonio Bagnano



Succosa e zuccherina

Simbolo di abbondanza, salute e convivialità, l'uva è un frutto che accompagna l'uomo da millenni. Le sue origini risalgono addirittura al Mesolitico, quando i primi contadini iniziarono a coltivare la vite trovando negli acini una preziosa fonte di energia. Nel mondo antico, l'uva era molto più di un frutto: i Greci la veneravano legandola al dio Dioniso, simbolo di vino e festa, mentre i Romani la diffusero in tutto l'impero, facendo della vite un simbolo di civiltà e ricchezza. Per secoli, l'uva è stata utilizzata quasi esclusivamente per produrre vino e per scopi medicinali, apprezzata per le sue proprietà diuretiche e depurative. Solo dal XVII secolo è arrivata sulle tavole come frutto da gustare, passando dai banchetti nobiliari a quelli popolari.

Dal punto di vista nutrizionale, l'uva è ricca di zuccheri semplici come glucosio e fruttosio, ideali per una carica di energia immediata. Contiene inoltre sali minerali importanti come potassio, magnesio e ferro, e vitamine A, C e del gruppo B. Le bucce, soprattutto quelle scure, sono una miniera di polifenoli, potenti antiossidanti che aiutano a combattere l'invecchiamento cellulare. Tra le varietà troviamo le uve da tavola, dolci e croccanti, e quelle da vino, più profumate e aromatiche. Un'antica tecnica per conservarle e intensificarne il sapore è l'essiccazione, che trasforma gli acini in uva passa o sultanina. Anche il mosto, il succo non fermentato, è molto usato in cucina, ideale per dolcificare piatti o creare guarnizioni originali.

L'uva non si gusta solo fresca o essiccata: anche le foglie e i tralci della vite trovano spazio in cucina in alcune regioni italiane, come contorno o condimento della pasta. Tra queste, la Puglia è la principale regione europea per la produzione di uva da tavola, fornendo circa il 58% dell'uva italiana, pari a oltre 600mila tonnellate l'anno. Da tre anni, il Comune di Noicattaro, in provincia di Bari, insieme alla rete territoriale "Le Terre dell'Uva", dà vita a "Regina di Puglia": un evento che mira a valorizzare l'uva da tavola pugliese a livello internazionale, attraverso convegni, visite guidate ai vigneti, degustazioni e tanto altro.



Succo d'uva fai da te

Preparare il succo d'uva in casa è davvero facile e veloce: ti serviranno solo uva (bianca o nera), acqua, limone e un po' di zucchero o miele per dolcificare. Inizia lavando bene i chicchi, poi mettili a cuocere lentamente insieme all'acqua e al succo di limone, finché le bucce diventano morbide e rilasciano tutto il loro sapore. Schiaccia gli acini per estrarre il succo e filtralo con un colino fine per eliminare bucce e semi. Aggiungi zucchero o miele a piacere, mescola bene e trasferisci il succo in bottiglie di vetro sterilizzate. Perfetto da gustare fresco o diluito con acqua!

Dolci sfumature

Le varietà di uva da tavola sono molte, diverse per colore, sapore e consistenza. L'Italia, tra i principali produttori europei, offre varietà davvero imperdibili. La Regina (giallo dorato), dolce e aromatica, è ideale per dolci e macedonie. La Cardinal (rossa) e croccante, è perfetta da gustare fresca o in insalate. La classica Italia (giallo-verde), grande e succosa, si presta bene sia ai dessert che agli abbinamenti con formaggi. La Pizzutella (nera o bianca), con chicchi allungati e delicati, è ottima fresca. La Sultanina (ambrata), senza semi e molto dolce, è la regina dell'uva passa e degli snack naturali. Infine, la Fragola (nera o bianca), dal profumo intenso, è ideale per dolci freschi o da gustare da sola.



1 Schiacciata con uva rossa

Preparazione
20 min+rip

Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER UNA TEGLIA DA 35X25 CM

farina 0 500 g - acqua 300 ml - lievito di birra
fresco 10 g - uva rossa 300 g, senza semi
- zucchero semolato 2 cucchiai - sale fino
1 cucchiaino - olio extravergine - rosmarino

1. Sciogli il lievito nell'acqua tiepida e versalo in una ciotola capiente insieme alla farina e al sale. Impasta con le mani o con una planetaria, aggiungendo 2 cucchiai d'olio, fino a ottenere un impasto morbido e leggermente appiccicoso. Coprilo con pellicola e lascialo lievitare in luogo tiepido per circa 2 ore, fino al raddoppio del volume.

2. Nel frattempo lava bene l'uva, asciugala e tieni da parte gli acini interi. Quando l'impasto è pronto, stendilo in una teglia unta d'olio, allargandolo con le dita fino a raggiungere i bordi.

3. Cospargi la superficie con gli acini d'uva, premendoli leggermente nell'impasto, poi guarnisci con qualche ago di rosmarino e spolverizza con lo zucchero. Completa con un generoso filo d'olio e cuoci in forno statico a 200° per circa 30 minuti, finché la schiacciata risulta dorata e croccante. Sforna e lascia intiepidire prima di tagliare.



③ Ceviche di capesante con mela verde e uva



Preparazione
25 min+rip



Cottura
no

INGREDIENTI PER 4

capessante senza corallo 12 - mele verdi Granny Smith 2 - robiola 150 g - lime 3 bio - cipollotto 1
- **tequila o gin 2 cucchiaini** - **uva nera 5 chicchi** - **uva bianca 5 chicchi** - **foglie di dragoncello 1 ciuffo**
- **olio extravergine** - **sale** - **peperoncino**

1. Sciacqua bene le capesante e tagliale a metà in senso orizzontale. Disponi le fettine in un contenitore ermetico, irrorale con il succo di 2 lime, 2 cucchiaini di tequila o gin, 1 cucchiaino d'olio, la parte bianca del cipollotto tagliata a fettine, sale e peperoncino in polvere, copri e fai marinare in frigorifero per 2 ore.

2. Taglia la mela a fettine senza sbucciarla e riducile a dadini piccolissimi. Versa la robiola in una ciotola, aggiungi la scorza grattugiata del lime rimasto e 1 cucchiaino di succo, poi lavora fino a ottenere un composto omogeneo e trasferiscilo in un sac-à-poche.

3. Disponi nelle ciotoline le fettine di capesante sgocciolate, irrorale con 1 cucchiaino di marinata, aggiungi la dadolata di mela, ciuffi di robiola, i chicchi d'uva tagliati a metà e servi con le foglie di dragoncello.

② Polpetti con pomodorini, edamame e uva



Preparazione
15 minuti



Cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4

polipetti 600 g, già puliti - **pomodorini ciliegino 200 g** - **edamame 100 g**, sgusciati - **uva rossa 100 g** - **aglio 2 spicchi** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe** - **prezzemolo**

1. In una padella scalda un filo d'olio con gli spicchi d'aglio schiacciati, poi aggiungi i polpetti ben asciugati e falli rosolare per qualche minuto. Unisci i pomodorini tagliati a metà, sala, pepa e cuoci coperto a fuoco medio-basso per 25-30 minuti, finché i polpetti risultano teneri e i pomodorini appassiti. Il fondo dovrà restare asciutto.

2. Nel frattempo lessa gli edamame in acqua salata per pochi minuti, scolali e tienili da parte. Scalda una padella con un filo d'olio e scotta rapidamente gli acini d'uva interi, appena il tempo di farli ammorbidire leggermente.

3. Elimina l'aglio dai polpetti, aggiungi gli edamame e gli acini d'uva, e mescola. Servi il piatto tiepido completando con un filo d'olio a crudo e una spolverata di prezzemolo fresco tritato.





4 Arrosto di tacchino con uva al forno

 Preparazione
30 minuti

 Cottura
90 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

PER LA FARCIA polpa di manzo macinata 250 g
- pancetta 200 g, a cubetti - polpa di tacchino macinata 200 g - aglio 1 spicchio - vino bianco secco 50 ml - chiodo di garofano 1 - cannella in polvere - sale - pepe
PER L'ARROSTO
E IL CONTORNO petto di tacchino 1,2 kg - uva bianca 250 g - uva rossa 250 g - vino passito 3 bicchieri - olio extravergine - sale - pepe

1. Per il ripieno, in una ciotola mescola le carni macinate con la pancetta, l'aglio tritato, il chiodo di garofano pestato, un pizzico di cannella, sale, pepe e il vino bianco. Poi impasta fino a ottenere un composto omogeneo.

2. Apri il petto di tacchino a libro, stendilo su un tagliere e battilo leggermente con un matterello per uniformare lo spessore. Farcisci con il composto, arrotola la carne e lega bene con lo spago da cucina. Sala e pepa la superficie, poi rosola l'arrosto in padella con un filo d'olio su tutti i lati finché risulta ben dorato.

3. Trasferiscilo in una teglia, sfuma con il passito e aggiungi gli acini d'uva tagliati a metà. Cuoci in forno statico a 180° per circa 1 ora e 30 minuti, irrorando ogni tanto con il fondo di cottura. Una volta cotto, lascia riposare l'arrosto qualche minuto prima di tagliarlo a fette. Servilo con l'uva al forno e il fondo di cottura.



IL CONSIGLIO

Per mantenere l'uva croccante, fai cuocere prima solo l'arrosto. Mettilo in forno a 180° per circa 1 ora, irrorandolo con il fondo di cottura, e solo negli ultimi 25-30 minuti unisci gli acini tagliati a metà, distribuendoli intorno alla carne.

5 Risotto con uva bianca e salsiccia

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

riso Carnaroli 320 g - **salsiccia fresca** 250 g - **uva bianca** 150 g, senza semi
- **zafferano** 1 bustina - **brodo vegetale** 1 l - **scalogno** 1 - **vino bianco secco** 100 ml
- **burro** 30 g - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 30 g - **olio extravergine** -
pepe - **menta**

1. Trita finemente lo scalogno e fallo appassire a fuoco dolce in una casseruola con un filo d'olio. Aggiungi il riso e tostalo per un paio di minuti, mescolando spesso per non farlo attaccare. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare l'alcol. Prosegui la cottura aggiungendo il brodo vegetale caldo un mestolo alla volta, aspettando che venga assorbito prima di versarne altro.

2. Nel frattempo, priva la salsiccia del budello e tagliala a rondelle spesse circa un centimetro, quindi rosolale in una padella antiaderente senza aggiungere grassi, fino a doratura. Lava bene l'uva bianca, taglia gli acini a metà e tienili da parte.

3. A metà cottura, sciogli lo zafferano in un mestolo di brodo caldo e versalo nel risotto, mescolando bene. Quando il riso è al dente, spegni il fuoco e manteca con burro e Parmigiano Reggiano. Unisci la salsiccia rosolata e gli acini d'uva, poi mescola ancora. Completa con una spolverata di pepe nero e qualche fogliolina di menta, e servi ben caldo.



6 Pollo in teglia con cipolle e uva rossa

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4

sovracosce di pollo 4 - **uva rossa** 200 g
- **cipolla** 1 - **scalogno** 1 - **vino rosso**
100 ml - **aceto balsamico** 2 cucchiaini
- **burro** 20 g - **olio extravergine** - **sale**
- **pepe** - **rosmarino**

1. Scalda in una padella un filo d'olio con il burro, poi rosola le cosce in modo uniforme, fino a ottenere una crosticina dorata. Salale e trasferiscile in una teglia, tenendole in caldo.

2. Nella stessa padella, runisci ancora un filo d'olio e rosola le cipolle e lo scalogno puliti e tagliati a fettine, a fuoco medio, mescolando spesso, finché saranno morbidi e dorati. Sfuma con il vino, sala e pepa, aggiungi l'aceto balsamico, poi fai ridurre la salsa per 2-3 minuti.

3. Versa la salsa di cipolle nella teglia con il pollo, aggiungi i chicchi d'uva, mescola e metti in forno già caldo a 170° per circa 30 minuti, finché il pollo sarà ben cotto. Sforna, lascia riposare per 5 minuti, poi servi.

8 MODI per...



7 Calamari ripieni con uva e pomodori datterini



Preparazione
30 minuti



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

calamari 4 medi, già puliti - **pomodorini datterini** 150 g - **uva rossa** 80 g
- **mollica di pane raffermo** 50 g - **taralli pugliesi** 3 - **uovo** 1 - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 2 cucchiaini - **aglio** 1 spicchio - **prezzemolo** 1 ciuffo - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Separa i tentacoli dai calamari, tritali finemente e falli rosolare in padella con 1 cucchiaino d'olio e lo spicchio d'aglio schiacciato. Cuoci a fuoco medio finché risultano teneri e leggermente dorati, poi elimina l'aglio.

2. Ammolla la mollica in poca acqua, strizzala bene e trasferiscila in una ciotola. Aggiungi i tentacoli cotti, l'uovo, il Parmigiano Reggiano, 1 cucchiaino di prezzemolo tritato e 1 tarallo sbriciolato finemente. Regola di sale e pepe, quindi mescola fino a ottenere un composto omogeneo.

3. Farcisci i calamari con il ripieno, riempiendoli per circa $\frac{2}{3}$, e chiudi l'estremità con uno stecchino. Scalda un filo d'olio in una padella e rosola i calamari in modo uniforme per 3-4 minuti, finché risultano dorati.

4. Aggiungi i pomodorini e gli acini d'uva tagliati a metà, sala, copri e cuoci a fuoco dolce per 15 minuti, mescolando ogni tanto. Servi i calamari con il fondo di cottura, spolverizzati con i taralli rimasti sbriciolati e prezzemolo tritato.

8 Fusilli con uva e pomodorini gialli



Preparazione
10 minuti



Cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4

fusilli 320 g - **pomodorini gialli interi** 200 g
- **uva viola** 150 g - **basilico** 1 mazzetto - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Porta a ebollizione una pentola con abbondante acqua salata e cuoci i fusilli al dente. Intanto, scalda un filo d'olio in una padella, aggiungi i pomodorini gialli interi e falli appassire a fuoco dolce per qualche minuto senza romperli. Unisci l'uva intera, ben lavata e asciugata, e mescola delicatamente.

2. Scola la pasta, tenendo da parte un mestolino d'acqua di cottura, e trasferisci tutto nella padella con il condimento. Fai insaporire, mescolando a fiamma viva per alcuni istanti e unendo ancora un filo d'olio.

3. Aggiungi abbondanti foglie di basilico spezzettate a mano, completa con una generosa macinata di pepe nero e servi subito, ben caldo.



GialloZafferano per CONSORZIO ITALIANO TUTELA MORTADELLA BOLOGNA



L'eccellenza
si rinnova grazie
all'impegno
del Consorzio
di Tutela

Mortadella Bologna IGP: il gusto che vale di più

Sai cosa c'è dietro il gusto irresistibile della Mortadella Bologna IGP? Un prodotto italiano di alta qualità, garantito dal Consorzio di Tutela e dalla certificazione europea IGP, rispettoso di un rigido Disciplinare di produzione. Tanti i parametri stabiliti, dalla zona di produzione agli ingredienti. Alla carne di puro suino ogni azienda produttrice, nel rigoroso rispetto del Disciplinare IGP, aggiunge un mix di spezie che conferisce unicità alla propria ricetta, gelosamente tramandata nel tempo. Per questo ogni Mortadella Bologna è speciale: **provale tutte per scoprire sfumature e sapori caratteristici!** Sono ammesse solo spezie e aromi naturali ed è vietato l'utilizzo di polifosfati, coadiuvanti tecnologici e coloranti.

Inoltre la ricetta tradizionale, depositata presso l'Unione Europea, è stata aggiornata secondo le attuali esigenze nutrizionali: meno sale e più proteine, perché godersi la vita sia sempre un piacere! Garantisce il Consorzio Italiano Tutela Mortadella Bologna.



mortadella
BOLOGNA

La Sposa perfetta in cucina

Il soprannome della Mortadella Bologna nasce dalla sua versatilità. Provala in purezza - a cubetti o a fette - con panini, pizze, tigelle, pinsa e focacce. Ma anche come ingrediente per tortellini, lasagne, risotti, quiche e mousse salate (da provare sulle Tapas come finger food!). Scopri i mille modi di gustarla alla sezione Ricette del sito mortadellabologna.com



Scopri il piacere integrale dei Fagolosi Grissin Bon!

RA&B ASSOCIATI

Novità

✓ **ricchi di fibre**

✓ **con farina integrale**



✓ **solo olio extra vergine di oliva**

✓ **croccanti e gustosi**

I Fagolosi Integrali sono la scelta perfetta per chi cerca un equilibrio tra gusto e benessere. Preparati con farina integrale, sono arricchiti da una superficie salata che li rende irresistibili. Perfetti per uno spuntino leggero, per accompagnare i tuoi piatti o da gustare in ogni momento della giornata.

GrissinBon®

www.grissinbon.it

Ogni momento è quello buono.

Seguici su



SUBITO pronto

*preparazioni veloci
che piacciono a tutti*

Barrette energetiche di frutta secca al miele

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
30 minuti

1. Trita grossolanamente le mandorle e le nocciole, lasciando alcune mandorle intere. Porta il miele a ebollizione in un pentolino, unisci avena, nocciole, mandorle, uvetta, semi di sesamo e di papavero, mirtilli essiccati e prosegui la cottura a fiamma bassa per 5 minuti, mescolando.

2. Taglia 2 pezzi di carta da forno delle dimensioni della teglia. Stendi il primo sul fondo e spennellalo con un velo d'olio. Versa il composto nella teglia, livellalo a circa 1,5 cm di spessore, aggiungi le mandorle intere e, con il coltello pratica delle incisioni sulla superficie ma senza arrivare al fondo, formando 6 barrette.

3. Spennella d'olio anche il secondo foglio. Appoggialo sul composto con il lato unto rivolto verso il basso e premi leggermente. Cuoci in forno già caldo a 125° per 30 minuti. Sforna, lascia intiepidire e quindi ricava le barrette spezzettandole lungo le incisioni.



INGREDIENTI PER 6 BARRETTE

fiocchi d'avena 70 g - mandorle 60 g - nocciole
40 g - miele 50 g - olio di sesamo 2 cucchiaini
- uvetta 50 g - semi di sesamo 25 g - semi di
papavero 25 g - mirtilli rossi essiccati 80 g



Giovanni Castaldi

**Ambassador
GialloZafferano**

Propone ricette che arrivano dritte al cuore, perché sono sincere e un inno ai sapori della sua terra: la Campania. Realizza grandi classici della tradizione italiana, reinventandosi anche con versioni innovative.

1 Tramezzini con robiola, confettura di fichi e noci



Preparazione
15 minuti



Cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 TRAMEZZINI

pane tipo americano 4 fette (da 39,3 g ciascuna) - **pane integrale tipo americano** 4 fette (da 37,5 g ciascuna)

- **robiola** 320 g - **timo** 8 rametti **PER LA VERSIONE**

VEGETARIANA **fico** 1 (da 90 g) - **confettura di fichi** 10 g

- **gherigli di noci** 10 g - **burro** 15 g - **rucola** 20 g

PER LA VERSIONE CON SPECK **fico** 1 (da 90 g) - **confettura di fichi** 10 g - **gherigli di noci** 10 g - **burro** 15 g - **speck** 100 g

1. Metti a sciogliere il burro in una padella antiaderente e fai dorare il pane prima da un lato e poi dall'altro. Mentre il pane si intiepidisce lavora la robiola con il timo usando una forchetta, poi quando sarà diventata cremosa comincia a comporre i panini. Visto che il pane integrale è più saporito ho scelto di usarlo per la versione vegetariana, ma puoi invertire le tipologie di pane a piacere.

2. Per la versione vegetariana, su una fetta spalma la robiola, un po' di confettura e qualche pezzetto di fico, sbriciola le noci e infine adagia la rucola.

3. Per la versione con lo speck invece, di nuovo, robiola, confettura e fichi a pezzetti, poi completa con le fettine di speck. Una volta preparati tutti e 4 i panini non ti resta che dividerli a metà e gustarli.



IL CONSIGLIO

La robiola ha un gusto molto avvolgente e mediamente ricco; puoi scegliere una ricotta per un sapore più delicato o del gorgonzola, che si addice molto.



6 spuntini veloci SANI E GOLOSI

Spezza-fame furbi, merende golose e snack leggeri: ricette facili e genuine per una pausa gustosa e nutriente, adatta a tutta la famiglia

a cura di Elena Di Renzo

② Focaccine di patate con pomodorini e olive

 Preparazione 20 min+rip  Cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

PER L'IMPASTO farina 0 500 g - patate 450 g - acqua 300 g - lievito di birra fresco 12 g - burro 50 g - sale 10 g **PER GUARNIRE** pomodorini Pachino - olive viola denocciolate - origano secco - olio extravergine - sale grosso

1. Lava bene le patate e lessale con la buccia in acqua leggermente salata per circa 30 minuti, finché risultano morbide. Scolale, sbucciale ancora calde e lasciale raffreddare completamente. Poi schiaccia con una forchetta fino a ottenere una purea liscia.

2. In una ciotola sciogli il lievito nell'acqua tiepida, poi unisci la purea di patate e la farina. Impasta con le mani, quindi aggiungi il sale e il burro fuso. Lavora l'impasto finché risulta liscio, morbido ed elastico. Copri con pellicola e lascia lievitare in un luogo tiepido per circa 2 ore e 30, fino al raddoppio.

3. Trasferisci l'impasto su una spianatoia infarinata e dividilo in porzioni da circa 80 g. Forma delle palline, disponile su una teglia con carta forno ben distanziate e schiaccia leggermente con le mani. Coprile con un telo e falle lievitare per altre 2 ore.

4. Taglia i pomodorini a metà e affetta le olive. Quando le focaccine sono pronte, spennellale con olio, aggiungi i pomodorini con la parte tagliata verso l'alto, le olive e origano a piacere. Completa con un pizzico di sale grosso e cuoci in forno già caldo a 180° per circa 20 minuti, finché risulteranno ben dorate.



③ Tasche farcite con bresaola e maionese al lime

 Preparazione 20 minuti  Cottura no

INGREDIENTI PER 4

pane per tramezzini quadrato 4 fette - **bresaola** 160 g - **rucola** **PER LA MAIONESE AL LIME** **tuorli** 2 - **olio di semi di girasole** 250 ml - **lime** 1, il succo - **aceto di mele** 1 cucchiaino - **sale**

1. Per la maionese, versa i tuorli in una ciotola, aggiungi l'aceto di mele e un pizzico di sale, poi monta con le fruste elettriche. Versa l'olio di semi a filo, molto lentamente, e continua a montare finché la maionese risulta densa e cremosa. A questo punto incorpora il succo di lime poco per volta, assaggiando per regolare l'intensità. Una volta pronta, coprila con pellicola e conservala in frigorifero.

2. Taglia le fette di pane in diagonale così da ottenere 8 triangoli. Prendi 4 triangoli e farciscili con uno strato di bresaola, un cucchiaino abbondante di maionese al lime e un ciuffo di rucola al centro. Poi copri con altra bresaola, creando una tasca con la farcitura all'interno.

3. Completa ogni tramezzino sovrapponendo un secondo triangolo di pane, quindi schiaccia leggermente i bordi per sigillare la farcia. Disponili su un vassoio, coprili con una pellicola e trasferiscili a riposare in frigorifero per almeno 1-20 minuti prima di servirli.



4 Cornetti di sfoglia con prosciutto e mozzarella

 Preparazione 25 minuti  Cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 8 CORNETTI

pasta sfoglia rettangolare 1 rotolo - **prosciutto cotto** 180 g - **mozzarella** 100 g - **basilico** 30 g - **pinoli** 30 g - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 40 g - **olio extravergine** 60 ml - **aglio (facoltativo)** 1 spicchio - **sale** - **tuorlo** 1

1. Per il pesto, in un mixer unisci il basilico lavato e asciugato, i pinoli, il Parmigiano e, se ti piace, l'aglio. Frulla a scatti brevi aggiungendo l'olio a filo, fino a ottenere una consistenza rustica e non troppo liscia. Regola di sale e metti da parte.

2. Srotola la sfoglia e dividila in 8 rettangoli. Su ogni rettangolo distribuisce un cucchiaino abbondante di pesto, poi aggiungi circa due fette di prosciutto cotto e completa con qualche dadino di mozzarella ben strizzata. Arrotola ogni rettangolo partendo da un lato corto, lasciando le punte smussate per ottenere dei cornetti compatti.

3. Adagia i cornetti su una teglia foderata con carta da forno, spennellali con il tuorlo sbattuto e cuoci per circa 20 minuti in forno preriscaldato a 200°, finché saranno dorati e gonfi. Servili tiepidi.



5 Frollini salati con mix di semi

 Preparazione 20 min+rip  Cottura 15 minuti

INGREDIENTI PER 30 FROLLINI

farina integrale 180 g - **farina di mandorle** 80 g - **farina di mais** 60 g - **burro** 140 g - **uovo** 1 intero - **tuorlo** 1 - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 40 g - **sale** - **pepe** - **mix di semi (zucca, girasole, sesamo, lino)**

1. Per la base, unisci in un mixer la farina integrale, quella di mais, la farina di mandorle e il burro freddo a pezzetti. Frulla fino a ottenere un composto sabbioso, poi aggiungi l'uovo intero, il formaggio grattugiato e un pizzico di sale e pepe. Lavora ancora fino a ottenere un impasto morbido ma compatto. Avvolgilo nella carta da forno e lascialo riposare in frigorifero per circa 30 minuti.

2. Stendi l'impasto su un piano leggermente infarinato fino a uno spessore di circa 5 mm. Con le formine che preferisci, ricava i biscotti e sistemali su una teglia rivestita con carta da forno. Sbatti il tuorlo con un pizzico di sale e pepe e spennella la superficie dei frollini. In una ciotolina mescola i semi e distribuiscili sui biscotti premendo leggermente per farli aderire.

3. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180° per 12-15 minuti, finché saranno dorati. Lasciali raffreddare su una gratella e gustali accompagnandoli, se vuoi, a salumi o formaggi.



6 Cupcakes ai mirtilli



Preparazione
30 min+rip



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 12 CUPCAKES

PER L'IMPASTO burro 110 g - zucchero semolato

130 g - uova 3 - vaniglia $\frac{1}{2}$ bacca - limone bio $\frac{1}{2}$,

la scorza - latte intero 60 ml - farina 00 200 g

- lievito per dolci 1 cucchiaino e $\frac{1}{2}$ - mirtilli 100 g

PER IL FROSTING burro 150 g - zucchero a velo

300 g - vaniglia $\frac{1}{2}$ bacca - latte 1 cucchiaino

PER DECORARE mirtilli 12 - menta

1. Per i cupcakes, in una ciotola monta il burro fuso con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi le uova una alla volta, poi unisci i semi di vaniglia, la scorza di limone e il latte. Incorpora anche la farina e il lievito setacciati e, infine, aggiungi delicatamente i mirtilli. Versa l'impasto in 12 pirottini riempiendoli per $\frac{3}{4}$ e cuoci in forno statico a 180° per 20-25 minuti. Sforna e lascia raffreddare completamente.

2. Per il frosting, monta il burro morbido con metà dello zucchero a velo, i semi di vaniglia e il latte. Unisci il resto dello zucchero a velo poco per volta e continua a montare fino a ottenere una crema liscia e compatta. Trasferisci il frosting in un sac-à-poche con bocchetta a stella da 15 mm.

3. Decora i cupcakes ormai freddi con un generoso ciuffo di frosting, poi aggiungi al centro un mirtillo e una fogliolina di menta. Servili subito oppure conservali in frigorifero fino al momento di portarli in tavola.



IL CONSIGLIO

Puoi conservare i cupcakes in frigorifero per 2-3 giorni, meglio se non ancora decorati. Se preferisci, puoi preparare il frosting anche il giorno prima e conservarlo in frigorifero ben coperto.

ricette con la
**friggitrice
ad aria**



**Benedetta
Rossi**

Benedetta impara a cucinare dalla nonna e dalla zia, poi fa esperienza nella cucina dell'agriturismo di famiglia. Oltre 10 anni fa inizia a condividere tutorial su YouTube e in seguito apre un sito, dove dispensa idee, ricette e consigli utili, diventando una voce autorevole del mondo culinario, capace di ispirare milioni di persone. Il mondo di Fatto in Casa da Benedetta oggi spazia dai social media alla televisione, dai libri ai prodotti per la casa.



Muffin con gocce di cioccolato



Preparazione
10 minuti



Cottura
12 minuti

INGREDIENTI PER 4 MUFFIN

uovo 1 - **zucchero** 50 g - **latte** 50 g - **olio di semi** 40 g - **farina** 130 g
- **lievito per dolci** 1 cucchiaino - **gocce di cioccolato** 30 g

1. In una ciotola rompi l'uovo, aggiungi lo zucchero e inizia a frullare con lo sbattitore. Continuando a mescolare con le fruste elettriche, versa il latte e l'olio di semi. A questo punto incorpora anche la farina, versandola in due volte, poi unisci il lievito e mescola per amalgamarlo. Infine aggiungi le gocce di cioccolato e dai una mescolata veloce per distribuirle nell'impasto.

2. Aiutandoti con un porzionatore da gelato (o anche un semplice cucchiaino), dividi l'impasto in 4 pirottini di carta forno, riempiendoli per $\frac{3}{4}$.

3. Sistema i pirottini nel cestello della friggitrice ad aria e cuoci a 170° per 12 minuti. Ecco pronti i muffin in friggitrice ad aria: facili, veloci e sofficiissimi.



IL CONSIGLIO

Per non far sprofondare le gocce di cioccolato nell'impasto, il segreto è bilanciare gli ingredienti e ottenere un impasto abbastanza denso che regga il peso delle gocce. Se risulta troppo "lento", basta regolare la dose di farina aggiungendone 10-20 grammi circa. Lo stesso discorso vale per altri ingredienti che tendono ad affondare: uvetta, canditi, granelle di frutta secca.



Biscotti 3 ingredienti

Preparazione 20 minuti
Cottura 12 minuti

INGREDIENTI PER 9 BISCOTTI

datteri al naturale 100 g - **mandorle** 100 g - **cacao amaro** 1 cucchiaino

- 1. Metti i datteri in una ciotolina** e ricoprili di acqua a temperatura ambiente. Lasciali in ammollo per circa 10 minuti.
- 2. Trascorso il tempo di riposo**, trasferiscili in un tritatutto e aggiungi le mandorle. Unisci anche il cacao amaro e trita bene tutto fino a ottenere un composto omogeneo e modellabile.
- 3. Prendi il cestello della friggitrice** ad aria e metti sul fondo un foglio di carta forno, dopodiché dai forma ai biscotti: prendi un po' del composto e forma una pallina, poi appiattiscila leggermente. Prosegui in questo modo fino a terminare il composto e a formare tutti i biscotti. Inserisci il cestello e cuoci in friggitrice ad aria a 160° per 12 minuti. Una volta cotti, lasciali intiepidire e poi sistemali in un bel piatto da portata. I biscotti sono pronti da sgranocchiare!



IL TOCCO IN PIÙ

Per insaporire i biscotti, al posto del cacao amaro puoi usare della scorza d'arancia grattugiata, dell'estratto di vaniglia, cannella in polvere o anche un mix di questi aromi.



BENEDETTA ROSSI TORNA CON UNA NOVITÀ

Questa volta la parola d'ordine è light: piatti leggeri, ma allo stesso tempo gustosi per vivere tutto il piacere della tavola senza rinunciare alla salute, al benessere e alla comodità della friggitrice ad aria. Se vuoi scoprire le potenzialità di questo insostituibile elettrodomestico e tantissime ricette, consulta il nuovo libro "In cucina con la friggitrice ad aria – 200 nuove ricette veloci e leggere": idee facili e gustose, ingredienti semplici, soluzioni light per la cucina di ogni giorno, decine di foto e consigli furbi.



Fusilli con zabaione alla birra e pancetta

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 6 CIOTOLINE

fusilli 200 g - **tuorli** 3 - **birra chiara (non troppo amara)** 100 ml - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 80 g - **pancetta a fette** 120 g
- **sale** - **pepe** - **prezzemolo**

1. Fai bollire una pentola con abbondante acqua salata. Intanto, taglia la pancetta a striscioline sottili e rosolale in una padella antiaderente, senza aggiungere olio, fino a renderle ben dorate e croccanti. Trasferiscile su carta assorbente e lasciale intiepidire.

2. In una ciotola sbatti energicamente i tuorli con una frusta, aggiungendo a filo la birra e poi il Parmigiano Reggiano. Insaporisci con un pizzico di sale e una macinata di pepe. Nel frattempo, cuoci i fusilli, scolali al dente e stendili ad asciugare su carta assorbente da cucina.

3. Appoggia la ciotola con il composto su un pentolino con poca acqua calda in leggera ebollizione, senza che il fondo tocchi l'acqua, e cuoci lo zabaione, montando con la frusta fino a ottenere una crema gonfia e vellutata. Quindi, unisci i fusilli allo zabaione, mescolando con molta delicatezza.

4. Suddividi la pasta nei bicchierini, guarnisci con qualche strisciolina di pancetta croccante e completa con una spolverata di prezzemolo tritato. Servi i bicchierini ancora tiepidi o lasciali raffreddare a temperatura ambiente.

FINGER FOOD in terrazzo

Tutto il gusto in formato mini! I finger food sono ideali per le serate con gli amici: veloci da preparare, belli da vedere e super golosi

a cura di Elena Di Renzo



Tartine con alici e burro al limone

 Preparazione 10 minuti  Cottura 5 minuti

INGREDIENTI PER 4

panbrioches 4 fette spesse - **alici del Cantabrico** 12 filetti
- **burro** 80 g - **succo di limone** 1 cucchiaino - **panna fresca**
1 cucchiaino - **sale**

- 1. Taglia il panbrioche** in rettangolini spessi circa 2 cm. Scalda una padella antiaderente e tosta da entrambi i lati fino a doratura.
- 2. Monta metà del burro** morbido con la panna e un pizzico di sale per circa 3 minuti, fino a ottenere una crema soffice. In un'altra ciotola, lavora l'altra metà di burro con il succo di limone e un pizzico di sale, fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.

3. Assembla le tartine, quindi spalma uno strato sottilissimo di crema di burro e panna sui rettangolini di pane. Disponi su ognuno 2 filetti di alici allineati in orizzontale e completa con ciuffetti di burro al limone, usando un cucchiaino o un sac-à-poche. Servi subito.



Gazpacho dolce di anguria e fragole

 Preparazione 15 min+rip

 Cottura no

INGREDIENTI PER 6-8 BICCHIERINI

anguria senza semi 300 g - **fragole mature** 200 g
- **pomodori ciliegino** 150 g - **zucchero** 2 cucchiaini
- **limone** ½, il succo - **basilico**

- 1. Lava con cura le fragole** e i pomodori. Elimina il picciolo dalle fragole, poi incidi i pomodori, sbollentali per pochi secondi e rimuovi la buccia. Tagliali a metà e, con un cucchiaino, togli i semi. Taglia l'anguria a fette, elimina tutti i semi e riduci la polpa a cubetti.
- 2. Trasferisci fragole, pomodori e anguria** nel frullatore. Aggiungi lo zucchero e il succo di limone, poi frulla fino a ottenere una crema liscia e uniforme. Se desideri una consistenza più vellutata, puoi filtrarla attraverso un colino a maglie fini.
- 3. Versa il gazpacho** in una ciotola, coprilo e lascialo raffreddare in frigorifero per almeno 30 minuti. Quando è ben freddo, distribuiscilo nei bicchierini e completa con foglioline di basilico per decorare. Servi subito.



SEPPIA

Delicata nel sapore, sorprendente negli abbinamenti: la seppia è protagonista di piatti caldi e freddi, dalle zuppe alle insalate di mare, fino ai ripieni più creativi

Mollusco cefalopode della specie *Sepia officinalis*, la seppia è molto comune nei nostri mari, soprattutto nell'Adriatico. Le sue dimensioni variano a seconda dell'habitat in cui vive, ma in Italia può arrivare fino a 40 cm. Si distingue per il corpo ovale allungato, i dieci tentacoli, l'osso interno e la caratteristica sacca d'inchiostro nero, usata per difendersi dai predatori. Predilige i fondali sabbiosi oppure ricchi di praterie marine e, durante la stagione della riproduzione, si avvicina alle coste per deporre le uova.

Dal punto di vista nutrizionale è leggera e digeribile, ricca di proteine, sali minerali e vitamine: con sole 72 kcal ogni 100 grammi è perfetta per una dieta sana ed equilibrata. Dal sapore delicato e leggermente dolce, in cucina si presta a molte ricette: le seppioline sono perfette fritte o in umido, quelle medie ottime farcite, mentre le più grandi si usano per zuppe, insalate o sughi di mare. Il nero di seppia, infine, è un prezioso ingrediente per risotti e primi piatti dal gusto intenso e mediterraneo.



1 Pulisci le seppie

Stacca testa e tentacoli dal mantello, elimina le viscere, la cartilagine e recupera con attenzione la sacca dell'inchiostro, poi sciacqua tutto sotto acqua corrente. Trita finemente teste e tentacoli, apri i mantelli a libro e tienili da parte. Nel frattempo, pulisci anche i pomodorini e tagliali a pezzetti.



3 Aggiungi i pomodorini

Lascia cuocere per circa 5 minuti, poi unisci i pomodorini, aggiusta di sale e pepe, aggiungi qualche foglia di basilico e prosegui la cottura per altri 7-8 minuti, mescolando bene.

Nel frattempo, elimina la crosta dal pane, frulla la mollica e trasferiscila in una ciotola; incorpora 1-2 cucchiaini del condimento di pomodorini e seppioline dalla padella e mescola bene.

SEPPIE RIPIENE



2 Rosola

In una padella ampia fai soffriggere lo spicchio d'aglio spellato con un filo d'olio, così potrai recuperarlo facilmente. Aggiungi i tentacoli e le teste tritati, mescola per far insaporire e, dopo qualche istante, sfuma con il vino bianco. Lascia evaporare l'alcol a fiamma vivace.



5 Lascia cuocere

Disponi le seppie nella padella con un po' di condimento tenuto da parte, aggiungi un po' di brodo vegetale o acqua calda, copri con un coperchio e cuoci per circa 30 minuti, girandole di tanto in tanto.

Controlla la cottura infilzando il mantello con uno stecchino; quando sono tenere, spegni il fuoco e servile ben calde.



Preparazione
25 minuti

Cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4

seppie 4 - pomodorini ciliegino 400 g - pane 50 g, la mollica - basilico 6 foglie - vino bianco 50 ml - brodo vegetale 80 ml - aglio 1 spicchio - olio extravergine - sale - pepe



IL CONSIGLIO

Se preferisci, puoi cuocere le seppie in forno per circa 30 minuti, regolandoti anche in base alla loro grandezza.

4 Farcisci

Mescola bene gli ingredienti, poi farcisci ogni seppia con un cucchiaino di ripieno. Chiudi il mantello unendo i lembi e fissali con uno stecchino, così il ripieno non fuoriuscirà durante la cottura.



POLPETTE GOLOSE DI CARNE AL POMODORO



Preparazione
15 minuti



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

polpa di maiale tritata 500 g - **pane** 2 fette senza crosta
- **latte** 150 ml - **prosciutto crudo** 100 g - **formaggio**
grattugiato 80 g - **pomodori pelati** 250 g - **maggiorana**
fresca - **olio extravergine** - **peperoncino**

1. Spezzetta il pane in una ciotola, bagnalo con il latte e lascialo ammorbidire. Quando avrà assorbito tutto il liquido, trasferiscilo nel mixer con il prosciutto, il formaggio grattugiato e qualche foglia di maggiorana, poi frulla fino a ottenere un composto omogeneo.

2. Trasferisci il trito in una terrina, aggiungi la polpa di maiale, un cucchiaino d'olio, sale e pepe. Mescola bene fino a ottenere un composto omogeneo.

3. Con le mani leggermente unte d'olio, forma circa 20 polpette, compattandole bene. Scalda un filo d'olio in padella e rosolale su tutti i lati. Aggiungi i pomodori pelati spezzettati, poi insaporisci con un pizzico di sale, maggiorana e peperoncino a piacere.

4. Cuoci a fuoco medio per 7-8 minuti, girando le polpette un paio di volte. Se il fondo di cottura risulta troppo liquido, toglie le polpette, alza la fiamma e fallo ridurre. Infine, rimetti le polpette in padella, falle saltare per un minuto e servile.



IL CONSIGLIO

Per evitare che le polpette si rompano in cottura, assicurati che l'impasto sia ben compatto: se risulta troppo morbido, aggiungi un po' di pangrattato.

BENVENUTI IN CUCINA

ogni mese nuove idee da realizzare!



SCEGLI L'OFFERTA
CHE PREFERISCI:

2 ANNI
24 numeri
a soli
€ 24,90
anziché € 36,00

+ € 2,90 di spese di spedizione per un totale di € 27,80



1 ANNO
12 numeri
a soli
€ 13,50
anziché € 18,00

+ € 2,00 di spese di spedizione per un totale di € 15,50



Edizione Digitale Inclusa

Abbonati o Regala subito!

www.abbonamenti.it/giallozafferano

Inquadrarmi



Più spazio al tempo libero.

CON LO **ZAINO**  **GIVOVA**

VIVI UN'ESTATE ALL'INSEGNA DELLA PRATICITÀ E DELLA COMODITÀ.

- Robusto e resistente
- Ampia apertura con zip
- Con spallacci regolabili
- Dimensioni: 41x24x14 cm

solo
€ 5,90
in più*

* Prezzo riviste escluso.



Disponibile in più varianti colore.



IN EDICOLA CON **Focus**



Scopri lo shop online su **MONDADORIPERTE.IT**

SAPORI della tradizione

Testaroli al pesto



Preparazione
30 minuti



Cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4

farina 0 350 g - foglie di basilico 40 g - pinoli 40 g
- pecorino grattugiato 60 g - aglio 1 spicchio
- olio extravergine - sale - pepe

1. Per la pastella, versa la farina in una ciotola, aggiungi un pizzico di sale e diluiscila con acqua fredda versando a filo, finché il composto risulterà fluido e privo di grumi.

2. Scalda sul fuoco la base del testo (di terracotta o di ghisa). Versaci sopra un mestolo di pastella, in modo da ottenere uno spessore d'impasto di circa 3-5 mm. Copri con l'apposito coperchio e prosegui la cottura per 10 minuti. Ripeti l'operazione fino a terminare l'impasto.

3. Per il pesto, pesta nel mortaio o frulla al mixer le foglie di basilico spezzettate, l'aglio spellato e i pinoli insieme con 1 cucchiaino d'olio. Stempera gradualmente il composto con altro olio a filo, unisci il pecorino grattugiato e regola di sale e pepe.

4. Taglia i testaroli a losanghe o rombi irregolari, tuffali in abbondante acqua salata bollente ma con fuoco al minimo per mantenere sopito il bollore, mescola delicatamente e cuocili per 3-4 minuti. Scolali, condiscili con il pesto e servili subito ben caldi.





① Paella ai frutti di mare con salsiccia

 Preparazione
25 minuti

 Cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4

riso Arborio 270 g - salsiccia piccante 200 g
- gamberi 16 - cozze 300 g - vongole 200 g,
spurgate - anelli di calamari 150 g - brodo di
pesce 1 l - cipolla 1 - peperone rosso 1 - aglio 1
spicchio - piselli 100 g - passata di pomodoro 1
- gamberi 12 - gamberi 12 - zafferano 1 bustina
- paprika 1 cucchiaino - prezzemolo - olio
extravergine - sale - pepe - limoni per servire

1. Scalda abbondante olio in una padella ampia e rosola la salsiccia tagliata a fettine per 2-3 minuti. Sgocciolala e tieni in caldo.

2. Rosola nello stesso condimento cipolla, aglio e peperone tagliati finemente. Dopo qualche minuto, versa il riso e fallo insaporire mescolando per 2-3 minuti. Incorpora lo zafferano sciolto in 1 cucchiaino d'acqua bollente e la paprika e mescola.

3. Versa il brodo caldo tutto in una volta, unisci salsiccia, piselli e passata calda e prosegui la cottura a fuoco medio basso senza più mescolare il riso. Dopo 10 minuti, adagia sulla superficie i calamari, le cozze, le vongole e i gamberi. Copri e continua la cottura a fiamma bassa per 8-10 minuti, finché i frutti di mare saranno aperti e il riso avrà assorbito tutto il liquido.

4. Spegni, spolverizza con prezzemolo tritato, copri con un telo e lascia riposare la paella per 5 minuti, quindi servila accompagnando con spicchi di limone.

6 piatti mare E MONTI

Funghi e frutti di bosco esaltano con gusto la bontà di pesci e crostacei per un sapore unico che riempie il palato

a cura di Marilena Bergamaschi



IL TOCCO IN PIÙ

Se non ami il chorizo, cioè la salsiccia piccante spagnola, puoi aggiungere alla paella funghi o carciofi trifolati in padella.

② Linguine con ragù di nasello e funghi allo zafferano

 Preparazione
20 minuti

 Cottura
55 minuti

INGREDIENTI PER 4

linguine 300 g - **nasello** 300 g - **funghi prataioli** 250 g - **cipolla bianca** 1
- **aglio** 1 spicchio - **limone** 1 bio - **prezzemolo** 1 ciuffo - **vino bianco** 100 ml
- **zafferano** 1 bustina - **farina** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Spella e trita la cipolla, sbuccia l'aglio e schiaccialo. Passa il palmo della mano sulla superficie del pesce ed elimina eventuali lisce con una pinzetta. Sciacqua il nasello, tamponalo con carta assorbente, taglialo a pezzetti piccoli e passali nella farina.

2. Scalda un filo d'olio in una padella molto ampia, che dovrà contenere anche la pasta, e rosola il pesce infarinato. Sfuma con il vino, unisci lo zafferano sciolto in 1 cucchiaino d'acqua bollente, sala poco e lascia evaporare, poi sgocciola il pesce dalla padella e tieni da parte. Aggiungi nella padella i funghi tagliati a pezzettini e cuocili a fiamma vivace per 6-7 minuti, mescolando. Infine, trasferisci di nuovo il pesce nella padella.

3. Intanto, lessa le linguine in acqua bollente salata. Scolale al dente, tenendo da parte un mestolino di acqua di cottura, versa tutto nella padella e fai insaporire a fiamma viva, mescolando. Servi spolverizzando con la scorza del limone grattugiata, foglie di prezzemolo tritate e un'abbondante macinata di pepe.



③ Sogliole alla mugnaia con coulis di mirtilli

 Preparazione
15 min+rip

 Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4

sogliole 4, da circa 300 g ciascuna, già pulite - **latte fresco** 1 l - **farina** - **mirtilli** 250 g - **succo di limone**
- **burro** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Elimina la pelle delle sogliole, sciacquale e disponile in una teglia ampia con il latte per 10-15 minuti. Sgocciolale, asciugale, passale nella farina e scuotile per eliminare quella in eccesso.

2. Scalda 2 padelle ampie con 30 g di burro e 1 cucchiaino d'olio. Quando il burro sfrigolerà, disponi 2 sogliole in ciascuna padella e cuocile 4-5 minuti per lato. Regola di sale e sgocciolale su un vassoio foderato con carta da forno e carta assorbente e disponile in forno caldo, ma spento.

3. Sciogli 30 g di burro in un pentolino, versa 3 cucchiaini di succo di limone filtrato e cuoci per 2 minuti a fuoco basso, sbattendo con una frustina. Intanto frulla i mirtilli con 1 cucchiaino di succo di limone. Suddividi le sogliole nei piatti e irrorale con la salsina al limone. Spolverizza con una macinata di pepe e servi accompagnando con il coulis di mirtilli.



④ Pizza al pesto con finferli e tartare di gamberi

 Preparazione 15 minuti  Cottura 75 minuti

INGREDIENTI PER 4

pasta da pane pronta 700 g - **pesto genovese pronto** 150 g
- **finferli** 200 g - **gamberi rossi** 20 - **stracciatella** 150 g - **limone**
1 bio - **basilico** 1 ciuffo - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Togli la pasta da pane pronta dal frigorifero e falla riposare per 5 minuti. Lavorala, poi stendila con le mani in 2 teglie basse da 20-22 cm o sulla placca unta a uno spessore di 5 mm. Lascia lievitare per 15 minuti.

2. Diluisci il pesto in una ciotola con 2 cucchiai d'acqua calda e 1 d'olio, poi spalmalo in uno strato uniforme sulla pasta, lasciando libero un bordo di 1 cm. Cuoci la pizza in forno già caldo a 200° per 15-20 minuti, finché il bordo sarà dorato.

3. Pulisci e dividi a metà i funghi e falli saltare in una padella con un filo d'olio e lo spicchio d'aglio per 5-6 minuti. Sguscia i gamberi, incidili sul dorso ed elimina il filetto nero, poi sciacquali e mettili ad asciugare su fogli di carta assorbente. Tienine da parte una decina, poi trita a coltello quelli rimasti. Estrai le pizze dal forno, aggiungi stracciatella, gamberi e finferli, sistema la tartare al centro e servi subito con foglie di basilico.



⑤ Tagliolini verdi con gamberi e tartufo nero

 Preparazione 20 minuti  Cottura 18 minuti

INGREDIENTI PER 4

tagliolini verdi freschi 450 g - **gamberi** 400 g - **sedano** 1 costa
- **scalogno** 1 - **aglio** 1 spicchio - **vino bianco** 100 ml - **timo**
- **crema di tartufo nero** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Sguscia i gamberi, elimina il filetto nero sul dorso e sciacquali. Taglia a tocchetti 1 costa di sedano e 1 scalogno e rosolali in una casseruola con 1 spicchio d'aglio, 1 rametto di timo e un filo d'olio per 3-4 minuti.

2. Sfuma col vino e lascia evaporare. Aggiungi il rametto di timo e 3-4 grani di pepe, copri a filo con acqua calda, riporta a ebollizione a fiamma bassa e prosegui la cottura per circa 15 minuti, eliminando man mano le impurità che affiorano col mestolo forato. Filtra il fumetto attraverso un colino a maglie fitte, versalo in una padella ampia e fallo leggermente addensare. Intanto, cuoci i gamberi sulla piastra ½ minuto per parte.

3. Lessa intanto la pasta in acqua bollente salata, sgocciolala molto al dente, trasferiscila nella padella con la salsa e 2 cucchiai d'acqua di cottura. Fai insaporire mescolando a fiamma viva per 1-2 minuti, unisci i gamberi e servi con abbondante crema di tartufo.



⑥ Gamberi e funghi con edamame e pomodorini



Preparazione
20 minuti



Cottura
50 minuti

INGREDIENTI PER 4

code di gamberi 400 g - champignon 200 g
- edamame 150 g - cime di broccoli 200 g
- pomodorini 150 g - aglio 1 spicchio - origano
- vino bianco - olio extravergine - sale - pepe

1. Sguscia i gamberi, incidili sul dorso con un coltellino affilato ed elimina il filetto nero, aiutandoti con uno stecchino. Sciacquali, asciugali e mettili a marinare in frigorifero con 2 cucchiaini di vino bianco, 1 d'olio, sale e pepe.

2. Tuffa gli edamame e i broccoli a pezzetti in acqua bollente salata e cuocili per 4-5 minuti, poi scolali, passali sotto l'acqua fredda e asciugali.

3. Pulisci e taglia a fettine i funghi. Scalda un filo d'olio in una padella, unisci lo spicchio d'aglio e fallo dorare, poi aggiungi i funghi, 1 cucchiaino di origano e cuoci a fiamma media per circa 10-12 minuti, mescolando di tanto in tanto.

4. Disponi nelle ciotole i broccoli, gli edamame, i funghi e i pomodorini tagliati a metà. Scalda bene la piastra, spolverizzala con un pizzico di sale e cuoci i gamberi ½ minuto per parte. Aggiungili nelle ciotole e servi subito.



IL TOCCO IN PIÙ

Se preferisci un piatto tutto di verdure cotte, puoi grigliare i pomodorini sulla piastra, circa 1 minuto per parte. A piacere, puoi anche sostituirli con fettine di peperoni multicolori grigliati.



Focaccia genovese



Preparazione

30 min+rip



Cottura

20 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

farina 00 300 g - **farina manitoba** 300 g

- **acqua** 420 ml, a temperatura ambiente

- **lievito di birra fresco** 15 g (o 5 g secco)

- **miele** 1 cucchiaino - **sale fino** 15 g - **olio**

extravergine 50 g **PER LA SALAMOIA** **acqua**

50 ml - **olio extravergine** 50 ml - **sale grosso**

1. Sciogli il lievito e il miele in 100 ml di acqua tiepida. In una ciotola a parte, mescola le due farine, poi aggiungi il lievito sciolto e l'acqua rimanente, poco alla volta. Impasta fino a ottenere un composto omogeneo, quindi incorpora il sale e l'olio. Continua a impastare per circa 10 minuti, finché l'impasto risulterà liscio ed elastico. Forma una palla, copri con un canovaccio e lascia lievitare in un luogo caldo per circa 2 ore, o fino al raddoppio del volume.

2. Una volta lievitato, trasferisci l'impasto su una teglia ben unta (circa 30x40 cm) e stendilo delicatamente con le mani, cercando di ottenere uno spessore uniforme. Copri con un canovaccio e lascia lievitare per un'altra ora.

3. Nel frattempo, prepara la salamoia mescolando acqua, olio e sale grosso. Quando l'impasto è pronto, crea delle fossette sulla superficie con le dita e versa la salamoia in modo uniforme. Cuoci in forno statico preriscaldato a 220° per 20-25 minuti, o fino a doratura. Sforna la focaccia, lasciala intiepidire su una griglia e servila ben calda.



IL CONSIGLIO

Prima di creare le tipiche fossette sulla superficie della focaccia, spolverizza l'impasto con un po' di farina: così le dita non si attaccheranno e la salamoia si raccoglierà nei buchi, rendendo la focaccia morbida e saporita.

Pranzo LIGURE

Dai borghi affacciati sul mare alle vallate verdi d'ulivi, la cucina ligure esalta materie prime umili trasformandole in piatti dal gusto intenso e autentico

a cura di Elena Di Renzo



Pansoti liguri con salsa di noci

 Preparazione 35 min+rip  Cottura 25 minuti

INGREDIENTI PER 4

PER LA PASTA farina 00 400 g - uova 4 - olio extravergine - sale
PER IL RIPIENO bietole 1 kg - uova 2 - formaggio grattugiato 50 g - ricotta di pecora 200 g - sale - noce moscata
PER LA SALSA DI NOCI gherigli di noci 200 g - pancarrè 4 fette - formaggio grattugiato 40 g - aglio 1 spicchio - latte 100 ml - olio extravergine 60 ml - panna fresca 10 ml

1. Pulisci le bietole eliminando le parti più dure, lavale e lessale in acqua salata per 20 minuti. Una volta cotte, scolale, strizzale bene e tritale. Trasferiscile in una ciotola con le uova, la ricotta, un pizzico di noce moscata, il formaggio grattugiato e un po' di sale. Mescola bene e lascia raffreddare in frigorifero.

2. Disponi la farina a fontana, sguscia le uova al centro, aggiungi un pizzico di sale e inizia a impastare. Unisci un filo d'olio e lavora l'impasto fino a renderlo liscio ed elastico, aggiungendo poca acqua se necessario. Copri con pellicola e lascia riposare in frigorifero per 30 minuti.

3. Dividi l'impasto in più pezzi e stendilo con la macchina per la pasta fino a ottenere una sfoglia sottile. Ricava dei dischetti, farciscili con un cucchiaino di ripieno e chiudili a mezzaluna, sigillando bene i bordi.

4. Bagna il pancarrè nel latte, strizzalo e frullalo con le noci, il formaggio grattugiato e l'aglio. Aggiungi l'olio a filo, unisci la panna e mescola bene. Cuoci i pansoti per 4-5 minuti, scolali e condiscili con la salsa di noci diluita con un po' d'acqua di cottura. Decora con qualche gheriglio di noce.



Coniglio in umido con uvetta e pinoli

 Preparazione 20 minuti  Cottura 45 minuti

INGREDIENTI PER 4

coniglio 1 - **uvetta** 30 g - **sedano** 1 gambo - **brodo** 200 ml - **olio extravergine** 2 cucchiaini - **olive nere denocciolate** 200 g - **pinoli** 30 g - **scalogno** 1 - **passata di pomodoro** 150 ml - **miele** 1 cucchiaino - **farina** 1 cucchiaino - **aceto** 1 bicchiere - **capperi** 1 cucchiaino - **sale** - **pepe**

1. Sbollenta le olive per 3 minuti in acqua bollente, scolale e mettile in un tegame antiaderente. Aggiungi un filo d'olio, il sedano e lo scalogno tagliati a rondelle, quindi fai rosolare il tutto per 5 minuti, mescolando spesso.

2. Quando le verdure sono ben rosolate, unisci i capperi, i pinoli, l'uvetta precedentemente ammollata e la passata di pomodoro. Aggiusta di sale e pepe, versa il brodo caldo fino a coprire il tutto e porta a bollore. Lascia cuocere a fiamma media per 15 minuti.

3. Sciacqua il coniglio sotto acqua corrente, taglialo a pezzi e asciugalo. Passa ogni pezzo nella farina, poi sistemalo in una padella antiaderente con un cucchiaino d'olio. Fai rosolare bene da tutti i lati, fino a ottenere una doratura uniforme.

4. In una ciotolina mescola il miele con l'aceto fino a scioglierlo completamente, poi spennella i pezzi di coniglio rosolati con l'emulsione. Trasferiscili nel tegame con il condimento agrodolce e lascia cuocere a fiamma moderata per 15-20 minuti, mescolando di tanto in tanto. Infine servi ben caldo.



OLIVE DA BANCO FRESCHE

A differenza di quelle da olio, piccole e ricche di grassi, le olive da tavola e da cucina sono più grandi, polpose e invitanti. Tra le più note ci sono le Taggiasche, piccole e scure, dal sapore delicato e perfette nei sughi; le Nocellara, verdi o nere, croccanti e saporite, ideali per antipasti o sulle focacce, e le Bella di Cerignola, grandissime e dalla polpa dolce, disponibili in diverse tonalità – verdi, rosate o nere – ottime da gustare nelle insalate o durante l'aperitivo. Ciascun colore rivela il diverso grado di maturazione e offre un gusto tutto da scoprire.



MERLUZZO IN UMIDO CON CAPPERI E OLIVE

 Preparazione
20 minuti

 Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

filetti di merluzzo 4 da 150 g l'uno - **pane raffermo** 50 g
- **aglio** 1 spicchio - **pomodori pelati** 300 g - **olive Nocellara** 50 g - **capperi** 1 cucchiaino - **vino bianco** 100 ml - **farina**
- **prezzemolo** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Infarina leggermente i filetti di merluzzo e trasferiscili in un tegame con un filo d'olio. Rosolali 2 minuti per lato e tienili da parte.

2. In una padella antiaderente, scalda 1 cucchiaino d'olio e l'aglio, poi unisci il pane

raffermo sbriciolato e fallo abbrustolire per 2 minuti, avendo cura di non bruciarlo.

3. A questo punto, adagia i filetti di merluzzo in una teglia unta d'olio, unisci i pelati, le olive, i capperi dissalati e condisci tutto con un filo d'olio. Infine spolverizza con il pane abbrustolito e irrori con il vino bianco.

4. Cuoci il merluzzo in forno a 180° per circa 15 minuti. Poi sfornalo, decoralo con qualche fogliolina di prezzemolo fresco e servi.



INSALATA DI POLLO MARINATO E POMODORINI

 Preparazione
10 min+rip

 Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4

petto di pollo 600 g - **patate** 200 g, già cotte e tagliate a dadini - **pomodorini** 300 g - **cipollotto** 1 - **misticanza** 100 g
- **succo di limone** - **salsa di soia** - **aceto balsamico** - **olio extravergine** - **sale** - **peperoncino in polvere**

1. Sciacqua e asciugare bene il petto di pollo. Dividilo in 2 parti, incidendolo al centro, nel senso della lunghezza ed elimina la cartilagine e l'ossicino. Se preferisci le fettine sottili, tagliale a metà in senso orizzontale. Puoi anche acquistarlo già affettato.

2. Disponilo in un contenitore ermetico e mettilo a marinare con 2 cucchiaini di salsa di soia, 1 di succo di limone e 1 d'olio, lo spicchio d'aglio tagliato a fettine

e un pizzico di peperoncino, mescola, chiudi e lascia riposare almeno 30 minuti, meglio ancora 3-4 ore.

3. Scalda la piastra o una padella antiaderente, aggiungi un pizzico di sale per non far attaccare, poi unisci le fette. Se sono alte, cuoci a fuoco basso 8-10 minuti circa su ciascun lato. Se sono basse, procedi a fiamma media 4-5 minuti per parte.

4. Pulisci intanto il cipollotto e affettalo, poi mescolalo con l'insalata. Suddividi nei piatti, unisci i pomodorini e le patate. Per la vinaigrette, versa in un vasetto col tappo a vite 3 cucchiaini d'olio, 1 di aceto balsamico, sale e peperoncino; chiudi, agita bene e condisci. Infine, aggiungi le fette di pollo e servi.

ACQUA DI VEGETAZIONE come riutilizzarla

Riutilizzare l'acqua di pomodoro è semplice, ecologico e gustoso, e trasforma uno scarto in un prezioso alleato. È una base saporita per minestre, risotti, condimenti o marinate per carne e pesce. Si può usare per fare una granita salata o un sorbetto gastronomico da aperitivo. Si conserva in frigorifero per 3-4 giorni o congelato in cubetti. Per la vinaigrette di *tomato-water*, emulsiona 4 cucchiaini d'olio extravergine con 3 d'acqua di pomodoro, 1 di aceto o limone, sale, pepe ed erbe aromatiche tritate. Agita bene e condisci.



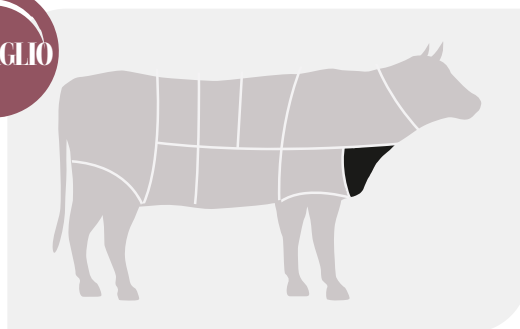


MANZO

Grazie al perfetto equilibrio tra carne e grasso, la punta di petto di manzo è ottima per bolliti, brasati e soprattutto per il macinato, dando vita a sughi dal sapore pieno e avvolgente

Economica, versatile e ricca di gusto, la punta di petto di manzo è un taglio di carne che si ricava dalla parte anteriore del bovino, tra la fine della spalla e l'inizio del sottospalla, ed è composta da due muscoli: il pettorale superficiale, più magro e grande, e il pettorale profondo, più piccolo e marezzato. Compatta e con un buon equilibrio di carne e grasso, la punta di petto è perfetta per cotture lente e a bassa temperatura come bolliti, brasati e stufati, che ne esaltano gusto e morbidezza, ma si presta molto bene anche alla macinatura, dando vita a un trito saporito e succoso, ideale per polpette, sughi rustici e ripieni fatti in casa.

Dal punto di vista nutrizionale, la punta di petto è tra i tagli più magri del bovino, con un contenuto di grasso che varia dal 4 al 7% e un apporto calorico di circa 100-120 kcal ogni 100 grammi. Ricca di proteine, ferro e vitamina B3, è una scelta indicata anche per chi segue diete ipocaloriche, grazie al basso contenuto lipidico. I valori nutrizionali possono tuttavia variare in base all'età dell'animale e alle diverse modalità di allevamento.





TAGLIATELLE AL RAGÙ BIANCO

 Preparazione
20 minuti

 Cottura
90 minuti

INGREDIENTI PER 4

tagliatelle all'uovo secche

250 g - **punta di petto**

di manzo tritata 250 g

- **salsiccia fresca** 150 g

- **pancetta** 100 g - **sedano** 60

g - **carote** 60 g - **cipolle**

dorate 60 g - **aglio**

1 spicchio - **vino bianco** 60 g

rosmarino 1 rametto

- **salvia** 3 foglie - **alloro** 2

foglie - **ricotta salata** - **olio**

extravergine - **pepe** - **sale**

1 Prepara il soffritto

In un tegame scaldi l'olio con uno spicchio d'aglio e lascialo imbiondire. Aggiungi sedano e carota tritati finemente, poi unisci anche la cipolla tritata. Mescola con una spatola e fai cuocere qualche minuto a fuoco basso. Nel frattempo, sfoglia il rosmarino e tritalo al coltello, poi aggiungilo al soffritto. Lava e asciuga la salvia, sfogliala e tritala finemente. Uniscila al resto del soffritto e infine insaporisci con 2 foglie d'alloro.



2 Unisci la pancetta

Taglia la pancetta a cubetti e falla rosolare insieme alle verdure, mescolando con una spatola.



4 Sfuma con il vino

Togli lo spicchio d'aglio e le foglie di alloro, quindi sfuma con il vino bianco. Quando il vino sarà evaporato, continua la cottura aggiungendo un mestolo di acqua calda, regola di sale e pepe e lascia cuocere a fuoco basso per circa un'ora, aggiungendo altra acqua se necessario.



3 Aggiungi il macinato

Incidi il budello esterno della salsiccia nel senso della lunghezza con un coltellino ed elimina la pelle con le dita, poi sbriciola la salsiccia. Uniscila al sugo insieme alla carne tritata e cuoci a fuoco vivo, mescolando con una spatola per sbriciolare ulteriormente la carne. Continua la cottura per qualche minuto.



IL CONSIGLIO

Per il ragù bianco puoi usare anche della carne di tacchino, maiale, vitello o coniglio. Se vuoi renderlo ancora più gustoso, prova ad aggiungere un po' di soppressata o dei funghi porcini secchi, messi a bagno per 1 ora e ben strizzati.



5 Cuoci le tagliatelle

Verso fine cottura, tuffa le tagliatelle in acqua bollente salata e cuoci per il tempo indicato sulla confezione. Scolale al dente, tenendo da parte 1 mestolino d'acqua di cottura, trasferisci tutto nel tegame con il ragù, mescola e fai insaporire a fiamma viva, poi servi subito completando con ricotta salata grattugiata.

Creamy Mami

e le incantevoli maghette

3D collection

**COLLEZIONA LE INDIMENTICABILI MAGHETTE
E I PROTAGONISTI DELLE SERIE ANIME
PIÙ MAGICHE DI SEMPRE!**



**IL COSTUME
CON CUI È APPARSA
PER LA PRIMA VOLTA
NELLA SERIE ANIME!**

© Pierrot



**DAL 9 SETTEMBRE
SECONDA USCITA
MAGICAL EMI**

**DAL 16 SETTEMBRE
TERZA USCITA
YU MORISAWA**

**1ª USCITA
CREAMY MAMI**
RIPRODUZIONE 3D + FASCICOLO

Solo
€12,99

Uno splendido fascicolo ricco di
informazioni e curiosità sulle serie
giapponesi più amate di sempre!

IN EDICOLA DAL 26 AGOSTO

INIZIATIVA PROMOSSA DA



SCOPRI TUTTE LE USCITE SU MONDADORIPERTE.IT

Numero uscite previste: 48. Periodicità settimanale. Prezzo dalla prima uscita € 12,99 (salvo variazioni delle aliquote fiscali). L'Editore si riserva la facoltà di variare il prezzo delle uscite ex art. 1664 c.c. in caso di aumenti dei costi di produzione e/o trasporto superiori a un decimo del prezzo della singola uscita, di modificare il numero delle uscite periodiche complessive, nonché di variare l'ordine e la sequenza delle uscite, comunicando con adeguato anticipo gli eventuali cambiamenti che saranno apportati al piano dell'opera. Qualsiasi variazione sarà comunicata nel rispetto delle norme vigenti previste dal Codice del Consumo (D.lgs. 206/2005).

Forme e colori dell'oggetto allegato potrebbero variare rispetto a quanto rappresentato. Immagine non contrattuale.

"Magical Angel Creamy Mami" (Mahō no tenshi Kurimi Mami); "The Magic Star Magical Emi" (Mahō no sūta Majikaru Emi) and "Magical Idol Pastel Yumi" (Mahō no aidoru Pasuteru Yumi), © 2025 Pierrot. All rights reserved.



Trova tutti i quotidiani e riviste su <https://eurekaddl.baby>

SANO e leggero

*piatti gustosi che assicurano
il benessere a tavola*

Corona con pesto alle erbe aromatiche

 Preparazione 20 minuti  Cottura 25 minuti

INGREDIENTI PER 6

pasta di pane pronta 500 g - erbe aromatiche
miste in foglia (basilico, prezzemolo, aneto, erba
cipollina, maggiorana) 50 g - Grana Padano Dop
50 g - mandorle 40 g - limone bio ½ - aglio 1
spicchio - olio extravergine - sale - pepe

1. Metti tutte le foglie nel mixer, unisci le mandorle, la scorza del limone grattugiata, l'aglio, 2 pizzichi di sale, 5 cucchiaini d'olio e frulla bene, fino a ottenere un pesto fluido e omogeneo. Incorpora il Grana Padano grattugiato e regola di sale, pepe e olio.

2. Stendi l'impasto sulla spianatoia in un rettangolo a uno spessore di 2-3 mm, poi spalmalo con il pesto. Arrotola la pasta dal lato più lungo, poi taglia il rotolo in 2 parti, nel senso della lunghezza. Separa con delicatezza i 2 pezzi, girali tenendo il lato tagliato davanti a te e forma una treccia, facendo in modo che la parte tagliata resti all'esterno.

3. Trasferisci la treccia sulla placca, foderata con un foglio di carta da forno, e chiudila in modo di formare una ciambella. Spennellala con poco olio, copri e lascia lievitare ancora per 30-40 minuti, finché la treccia sarà raddoppiata di volume. Cuocila in forno già caldo a 200° per 20-25 minuti. Sforнала e lascia intiepidire, poi servila tagliata a fette.





Aurora Cortopassi

**Ambassador
GialloZafferano**

Creator di ricette vegetariane, con i suoi contenuti offre una finestra su una concezione della cucina genuina, fresca, semplice, che mette al primo posto ingredienti di stagione.

1 Pasta con pesto di rucola, melanzane sott'olio e stracciatella



Preparazione
15 minuti



Cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4

pipe rigate 320 g - stracciatella 50 g - melanzane

120 g sott'olio, sgocciolate **PER IL PESTO**

DI RUCOLA rucola 100 g - pinoli 50 g

- Grana Padano Dop 50 g - pecorino 50 g

- olio extravergine 150 g - sale

1. Per il pesto, lava bene la rucola, asciugala e mettila nella tazza di un mixer. Aggiungi anche i pinoli, il Grana Padano, il pecorino e un pizzico di sale. A questo punto, versa l'olio e comincia a frullare. Dovrai ottenere una consistenza cremosa.

2. Metti sul fuoco una pentola colma d'acqua salata, per la cottura della pasta. Sistema le melanzane su un tagliere e tagliale prima a strisce e poi a cubetti di circa 2 cm.

3. Non appena l'acqua inizierà a bollire, butta la pasta e cuocila per il tempo indicato sulla confezione. Scolala e trasferiscila in una ciotola, poi unisci il pesto e mescola bene.

4. Aggiungi anche le melanzane e mescola un'ultima volta. Infine impiatta, guarnisci con la stracciatella e servi, tiepida o fredda.



IL CONSIGLIO

Se non ami il gusto del pecorino puoi sostituirlo con la stessa dose di Grana. Al posto della stracciatella puoi usare della burrata sfilacciata a mano.



6 piatti con IL PESTO

Rucola, prezzemolo, frutta secca e tanti altri ingredienti: ecco le ricette estive perfette per portare in tavola un pesto diverso ogni giorno

a cura di Marilena Bergamaschi
foto di Antonio Bagnano



② Fusilli al pesto di basilico e ciliegini



Preparazione
15 minuti



Cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4

fusilli 320 g - **basilico fresco** 100 g - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 50 g - **noci sgusciate** 40 g - **aglio** 1 spicchio - **olio extravergine** 80 ml
- **pomodorini ciliegini** 200 g - **prezzemolo** - **sale** - **pepe**

1. Per il pesto, lava bene le foglie di basilico e trasferiscile nel mixer insieme allo spicchio d'aglio pelato, alle noci, al Parmigiano e a un pizzico di sale. Frulla tutto aggiungendo l'olio a filo fino a ottenere una crema densa.

2. Lava i pomodorini e tagliali in quarti, quindi tienili da parte. Porta a ebollizione abbondante acqua salata e cuoci i fusilli seguendo i tempi indicati sulla confezione. Scolali al dente, conservando un po' dell'acqua di cottura.

3. Trasferisci la pasta in una padella, unisci il pesto e mescola bene aggiungendo un mestolo di acqua di cottura per amalgamare. Unisci infine i pomodorini freschi, regola di sale e pepe, e completa con prezzemolo tritato e qualche foglia intera per decorare. Servi subito.



IL CONSIGLIO

Per un tocco sapido e deciso, arricchisci il piatto con scaglie di pecorino stagionato e qualche oliva taggiasca denocciolata.



③ Linguine con pesto di rucola e pomodori secchi

 Preparazione 15 minuti  Cottura 15 minuti

INGREDIENTI PER 4

linguine 320 g - rucola 100 g - pinoli 40 g - Parmigiano Reggiano Dop grattugiato 50 g - aglio 1 spicchio
- olio extravergine 70 ml - pomodori secchi sott'olio 60 g
- stracciatella 150 g - noci sgusciate 40 g - sale - pepe

1. Lava e asciuga bene la rucola, poi trasferiscila nel mixer assieme all'aglio pelato, i pinoli, il Parmigiano e un pizzico di sale. Frulla versando l'olio a filo, fino a ottenere un pesto omogeneo ma rustico, e tieni da parte.

2. Porta a bollore abbondante acqua salata e cuoci le linguine seguendo i tempi indicati sulla confezione. Scolale al dente, conservando un po' di acqua di cottura. Nel frattempo trita finemente i pomodori secchi e le noci.

3. Versa la pasta in una padella capiente, aggiungi il pesto e un mestolo di acqua di cottura, poi mescola delicatamente. Distribuisci la pasta nei piatti, quindi aggiungi la stracciatella a cucchiaiate e una manciata di pomodori secchi e noci tritate. Completa con qualche foglia di rucola fresca e servi.



④ Hamburger con pesto e stracciatella

 Preparazione 15 minuti  Cottura no

INGREDIENTI PER 4 HAMBURGER

panini per hamburger 4 - stracciatella 200 g - basilico fresco 50 g - pinoli 30 g - Parmigiano Reggiano Dop grattugiato 50 g
- aglio 1 spicchio - olio extravergine 100 ml - pomodori cuore di bue 2 - rucola 80 g - sale - pepe

1. Lava bene il basilico, asciugalo delicatamente e trasferiscilo nel mixer con i pinoli, il Parmigiano Reggiano grattugiato, l'aglio pelato e un pizzico di sale. Frulla aggiungendo l'olio extravergine a filo, fino a ottenere una crema densa e omogenea.

2. Taglia i pomodori a fette spesse e tienili da parte. Poi taglia a metà i panini e tosta leggermente le parti interne per renderle croccanti.

3. Spalma una base generosa di stracciatella sulla metà inferiore di ogni panino, quindi distribuisci abbondante pesto di basilico. Aggiungi le fette di pomodoro e completa con foglie di rucola fresca. Chiudi il panino con la parte superiore e servi subito.



5 Pollo alla griglia con pesto alle erbe



Preparazione
25 minuti



Cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4

PER IL PESTO ALLE ERBE prezzemolo 1 mazzetto - basilico 1 mazzetto - timo - maggiorana - mandorle pelate 30 g - Parmigiano Reggiano Dop grattugiato 50 g - olio extravergine 100 ml - aglio 1 spicchio - sale
PER IL POLLO petti di pollo 4 - rosmarino fresco - timo - olio extravergine - sale - pepe
PER LE VERDURE asparagi 8 - carote 4 - rosmarino - olio extravergine - sale - pepe
PER LA QUINOA quinoa 200 g - peperoncino 1 fresco - erbe aromatiche tritate (prezzemolo, basilico, timo, ecc.) - olio extravergine - sale

1. Per il pesto alle erbe, frulla le foglie di prezzemolo, basilico, timo e maggiorana con le mandorle, il Parmigiano, l'olio, un pizzico di sale e, se vuoi, uno spicchio d'aglio. Lavora fino a ottenere una crema fluida. Cuoci la quinoa in 400 ml di acqua salata per circa 15 minuti, poi scolala, condiscila con olio, peperoncino tritato, erbe aromatiche e tieni da parte.

2. Pela le carote e tagliale a listarelle spesse. Pulisci gli asparagi eliminando la parte legnosa del gambo. Condisci le verdure con olio, rosmarino e un pizzico di sale, poi grigliale su una piastra ben calda per 5-7 minuti per lato, finché saranno tenere e ben dorate.

3. Griglia i petti di pollo con olio, sale, pepe, rosmarino e timo. Una volta cotti, lasciali riposare e tagliali a fettine. Spalma un cucchiaino di salsa alle erbe su ogni piatto, adagia il pollo a fette, completa con un altro filo di salsa e servi con quinoa e verdure grigliate.



6 Lasagna di patate, fagiolini e pesto di basilico



Preparazione
15 minuti



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

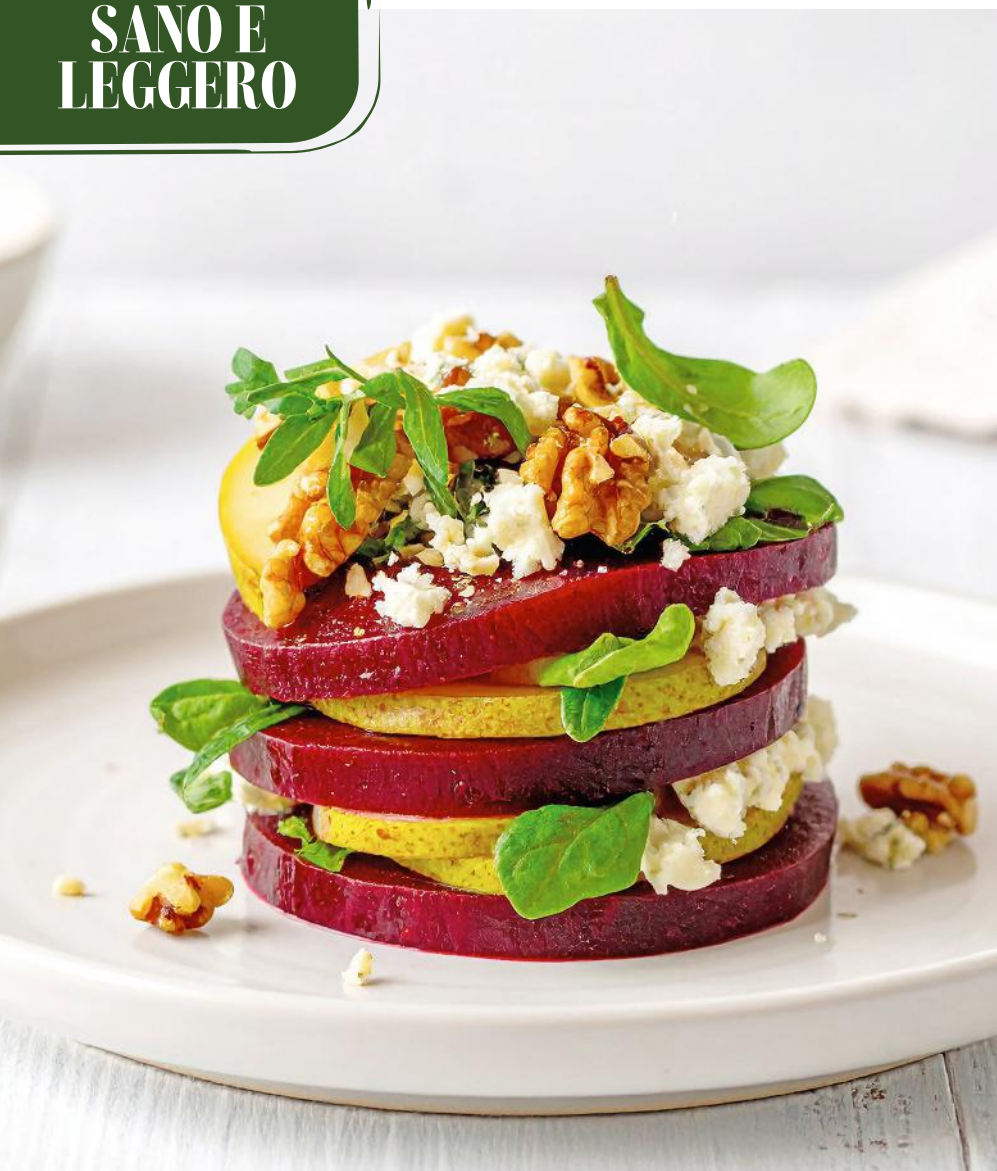
lasagne fresche 250 g - patate 400 g - fagiolini 300 g
PER LA BESCIAMELLA burro 50 g - farina 50 g - latte 500 ml - sale - pepe
PER IL PESTO basilico 50 g - pinoli 20 g - Parmigiano Reggiano Dop grattugiato 40 g - olio extravergine 70 ml - aglio ½ spicchio - sale

1. Per la besciamella, sciogli il burro in un pentolino, quindi unisci la farina e mescola energicamente per qualche minuto. Versa il latte a filo, continuando a mescolare con una frusta per evitare la formazione di grumi, e cuoci a fuoco basso finché la salsa si addensa. Aggiusta di sale e pepe a piacere.

2. Per il pesto, frulla il basilico con i pinoli, il Parmigiano Reggiano, l'aglio e un pizzico di sale, versando l'olio poco alla volta fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Infine, incorpora il pesto alla besciamella, mescolando bene per ottenere una crema uniforme.

3. Cuoci patate e fagiolini in acqua bollente salata fino a quando risulteranno teneri. Scolali, lasciali intiepidire, quindi taglia le patate a tocchetti e i fagiolini a pezzetti.

4. In una teglia, stendi un po' di crema sul fondo, poi adagia uno strato di lasagne, seguito da patate e fagiolini. Prosegui alternando gli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con uno strato di crema. Completa distribuendo sulla superficie i restanti tocchetti di patate e i pezzetti di fagiolini. Cuoci in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti, finché la superficie risulta ben dorata.



Torrette di pera, barbabietola e feta

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
no

INGREDIENTI PER 4

pere Williams 2 - barbabietole rosse precotte 4 - feta 240 g - limone 1
- songino - gherigli di noce - olio extravergine - sale

1. Lava bene le pere lasciando la buccia, poi tagliale in orizzontale a fette non troppo sottili, partendo dalla base e risalendo verso il picciolo. Elimina i semi dalle fette centrali. Affetta allo stesso modo anche le barbabietole, poi sbriciola la feta, tenendone da parte un po' per la guarnizione.

2. Su ogni piatto, alterna una fetta di barbabietola, una di pera, un po' di feta sbriciolata e qualche foglia di songino. Prosegui fino a formare 3 strati. Termina con una fetta di barbabietola e una di pera, poi completa con un'ultima spolverata di feta, qualche foglia di songino e dei gherigli di noce.

3. Condisci ogni torre con sale, un filo d'olio e qualche goccia di succo di limone, quindi servi subito.

strati di **GUSTO**

Sfiziose e belle da vedere, queste ricette a strati sorprendono a ogni forchettata, svelando sapori e consistenze che si alternano con armonia

a cura di Marilena Bergamaschi e foto di Ciro Rota



IL TOCCO IN PIÙ

Per un contrasto di sapori originale, completa ogni torretta con una goccia di miele o di sciroppo d'acero: renderà il piatto ancora più goloso.



Lasagna bianca di zucchini

Preparazione 30 minuti Cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4

lasagne verdi fresche 250 g - zucchini 3 medie - ricotta vaccina 400 g - Parmigiano Reggiano Dop grattugiato 80 g - latte 50 ml - olio extravergine - sale - pepe - noce moscata

1. Lava le zucchini e tagliale per il lungo a fette sottili, aiutandoti con una mandolina. Griglia qualche minuto per lato su una piastra ben calda con un filo d'olio, finché risultano morbide e leggermente dorate.

2. In una ciotola, lavora la ricotta con il latte per ottenere una crema soffice e spumosa. Aggiungi una generosa grattugiata di Parmigiano Reggiano, un pizzico di noce moscata, sale e pepe a piacere, poi mescola fino a ottenere un composto omogeneo.

3. Assembla le lasagne alternando strati di pasta fresca, crema di ricotta e zucchini grigliate. Continua così fino a esaurire gli ingredienti, poi completa con un ultimo strato abbondante di crema alla ricotta e una generosa spolverata di Parmigiano Reggiano. Cuoci a 180° in forno statico per 30 minuti, finché la superficie risulterà dorata e croccante. Sforna e lascia riposare per almeno 5 minuti prima di servire.



Bavarese light al mango

Preparazione 40 minuti Cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI

PER LA BASE AL MANGO mango maturo 150 g, la polpa - miele 1 cucchiaino - lime ½, il succo - **gelatina** 2 fogli **PER LO STRATO ALLO YOGURT** latte 50 ml - **tuorlo** 1 - **zucchero** 25 g - **estratto di vaniglia** ½ cucchiaino - **gelatina** 2 fogli - **yogurt bianco greco** 200 g **PER LO STRATO SUPERIORE AL MANGO** mango maturo 200 g, la polpa - **miele** 1 cucchiaino - **gelatina** 2 fogli - **mango fresco** 50 g, a cubetti - **foglioline di menta**

1. Per la base al mango, ammolla 2 fogli di gelatina in acqua fredda. Frulla 150 g di mango con il miele e il succo di lime. Scalda una piccola parte della purea, unisci e sciogli la gelatina strizzata, poi uniscila al resto. Versa nei bicchieri o stampini e metti in frigorifero per almeno 1 ora.

2. Per lo strato centrale allo yogurt, in un pentolino scalda il latte con l'estratto di vaniglia. A parte sbatti il tuorlo con lo zucchero, uniscilo al latte caldo e cuoci a fuoco dolce finché la crema vela il cucchiaino (senza bollire). Togli dal fuoco, aggiungi la gelatina strizzata e lascia raffreddare. Quando è tiepida, incorpora lo yogurt mescolando delicatamente. Versa sullo strato al mango e rimetti in frigo per 1-2 ore.

3. Prepara lo strato superiore al mango, ammolla 1 foglio di gelatina. Frulla 200 g di mango con 1 cucchiaino di miele. Scalda una piccola parte e scioglilo la gelatina strizzata, poi unisci al resto. Lascia intiepidire e versa come terzo strato. Fai rassodare in frigorifero per almeno 3 ore o per tutta la notte. Al momento di servire, decora con cubetti di mango fresco e foglioline di menta.



La qualità MD si tinge di giallo

Il furto dei **PEPERONI:** spariti prima di cena

Destinati a un contorno saporito, sono spariti uno dopo l'altro. Ritrovati - sempre freschissimi - da MD per insalate, piatti grigliati e ricette sfiziose

Colorati, croccanti e dolci, i peperoni portano in tavola tutto il sapore dell'estate. Amatissimi per la loro versatilità, danno carattere a insalate, primi piatti e secondi di carne, oppure aggiungono freschezza e gusto a pizze, focacce e panini. Alla griglia o infilati negli spiedini, sono protagonisti di tante serate e delle ricette più tradizionali come peperonate e "ciambotte", veri trionfi di verdure. Oggi ti proponiamo un piatto unico speciale con un'avvertenza: i peperoni ripieni si possono preparare in mille modi diversi e spariscono sempre troppo in fretta! Anche a casa tua i peperoni finiscono prima del previsto? Puoi fare rifornimento tutti giorni nel reparto ortofrutta MD! Peperoni coltivati con cura, ideali da gustare sia crudi che cotti, ti aspettano in buona compagnia, insieme a frutta e verdura di qualità, prodotti biologici, marchi IGP Indicazione Geografica Protetta. Trova il tuo punto vendita e scarica il volantino su **mdspa.it**

Ricicla con i peperoni!

- Usali per insaporire polpette vegetali con pane raffermo, ceci e uova
- Prepara un primo saporito con avanzi di peperonata e pezzetti di feta



TUTTA LA VERITÀ SUI PEPERONI

- **Sostengono il sistema immunitario** con la Vitamina C.
- **Aiutano a contrastare i radicali liberi** perché fonte di antiossidanti.
- **Si inseriscono nelle diete ipocaloriche**, così leggeri e sazianti.
- **Contribuiscono al benessere di pelle e vista** grazie alla Vitamina A.
- **Favoriscono il buon funzionamento dell'intestino** in quanto ricchi di fibre.



Peperoni ripieni di riso, salsiccia e scamorza

Ingredienti per 3 peperoni

- Peperoni grandi 3 (di colori diversi) • Riso 180g • Salsiccia 150g • Pomodorini 8-10 • Scamorza affumicata 100g • Aglio 1 spicchio • Prezzemolo fresco tritato • Olio extravergine d'oliva q.b. • Sale e pepe q.b

Lessa il riso al dente e scolalo sotto l'acqua fredda per bloccarne la cottura. Scalda un filo d'olio e fai appassire l'aglio scamiciato. Rosola la salsiccia sbriciolata a fiamma viva finché sarà ben cotta. Unisci i pomodorini tagliati in quarti e lascia insaporire per una decina di minuti. Versa il tutto nella ciotola con il riso, aggiungi la scamorza e una manciata di prezzemolo fresco tritato, regola di sale e pepe e mescola.

Taglia la calotta superiore dei peperoni (e conservala intatta!), elimina i semi e i filamenti interni. Sciacquali delicatamente e asciugali con carta da cucina. Disponili in una teglia rivestita di carta forno.

Farcisci ogni peperone con il ripieno, compattando leggermente. Irrora la superficie con un filo d'olio, sistema le calotte e copri la teglia con un foglio di alluminio. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per 40 minuti coperti, poi rimuovi l'alluminio e prosegui la cottura per altri 20 minuti, finché i peperoni saranno teneri e leggermente dorati.

Lascia intiepidire prima di servire! I peperoni ripieni sono ideali per pranzi all'aperto o per i ritrovi con gli amici perché ottimi a temperatura ambiente. Per una versione vegetariana sostituisci la salsiccia con una dadolata di zucchine e melanzane saltate in padella.



Buona Spesa, Italia!



Attenzione al nocciolo!

I noccioli di pesca, detti “armelline”, contengono amigdalina, una sostanza che può trasformarsi in acido cianidrico, tossico se ingerito in dosi elevate. Per un adulto, gli effetti nocivi si manifestano solo consumando più di tre noccioli, mentre per i bambini il rischio si presenta già con meno di mezzo.



PESCA

Quando il caldo si fa sentire, pochi frutti sanno dissetare e rinfrescare come le pesche: dolci, succose e ricche d'acqua, racchiudono in sé tutto il profumo e la bontà della frutta di stagione

Carnosa e dal sapore delicato, la pesca è uno dei classici dell'estate. In Italia, tra i maggiori produttori europei, se ne coltivano diverse varietà: dalla pesca gialla con buccia vellutata, alla nettarina dalla pelle liscia e lucida, alla percoca, più compatta e polposa ideale per conserve, fino alla tabacchiera, riconoscibile per la tipica forma leggermente schiacciata.

Povera di calorie, senza grassi e con un basso indice glicemico, è ideale per chi segue un'alimentazione sana o vuole mantenersi in forma. Ricca di potassio, favorisce la diuresi, aiuta a eliminare i liquidi in eccesso e migliora la funzionalità di reni e fegato. I flavonoidi presenti nella polpa svolgono inoltre un'azione antiossidante, utile a proteggere la pelle e a mantenere i capelli sani. Versatili in cucina, le pesche si prestano a ricette dolci come crostate, crumble e cheesecake, ma anche a preparazioni salate: dagli antipasti alle insalate estive, fino a secondi piatti leggeri che esaltano il loro equilibrio tra dolcezza e freschezza.



1 Elimina i noccioli

Lava le pesche sotto l'acqua corrente e asciugale. Taglia ogni pesca a metà ed elimina il nocciolo con un coltellino. Scava leggermente anche la polpa intorno all'incavo lasciato dal nocciolo, poi tienile da parte.



2 Taglia la polpa

Per il ripieno: prendi la polpa che hai ricavato dalle pesche e tagliala a pezzetti con un coltello.

Se preferisci, puoi frullarla per qualche secondo con il mixer, giusto il tempo di ottenere un composto grossolano. Una volta pronta, tienila da parte.



PESCHE RIPIENE AL FORNO

Preparazione
30 minuti

Cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 8

- **pesche gialle** 800 g, mature
- **cioccolato fondente** 100 g
- **amaretti** 80 g



IL TOCCO IN PIÙ

Accompagna le pesche ripiene con una pallina di gelato alla crema o della panna montata. Se ti piace, puoi anche aromatizzare il ripieno con alcune gocce di rum.



3 Trita il cioccolato

Trita finemente il cioccolato e mettilo da parte in una ciotola. In un'altra ciotola, sbriciola grossolanamente gli amaretti con le mani. Se preferisci una consistenza più fine, puoi tritarli con un mixer: scegli tu in base alla consistenza che vuoi ottenere per il ripieno.



5 Farcisci e cuoci

Sistema le pesche in una pirofila leggermente imburrata, con l'incavo rivolto verso l'alto e ben vicine tra loro. Riempile con il ripieno, formando una piccola cupola su ciascuna. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180° per 60 minuti, oppure a 160° in forno ventilato per 50 minuti. Una volta pronte, sfornale e servile calde.

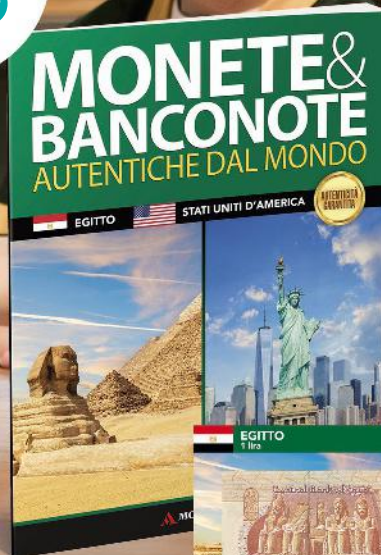
4 Amalgama gli ingredienti

Aggiungi la polpa delle pesche agli amaretti sbriciolati e mescola bene con una forchetta per amalgamare il tutto. A questo punto unisci anche il cioccolato tritato e continua a mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.

COLLEZIONA MONETE E BANCONOTE AUTENTICHE DEI 5 CONTINENTI



PREZZO
LANCIO
€2,99*



Monete e banconote autentiche dal mondo: una collezione dal valore unico per tutta la famiglia!
Ogni esemplare è custodito in una pratica card numismatica, perfetta per conservare e organizzare la tua raccolta. In ogni uscita, anche un fascicolo ricco di storia, aneddoti e curiosità.

**1^ª USCITA BANCONOTA DA 1 LIRA EGITTO
+ MONETA DA 5 CENT USA BAGNATA IN ORO + FASCICOLO**

DAL 22 AGOSTO IN EDICOLA CON **Focus**



SCOPRI L'OFFERTA ABBONAMENTI SU MONDADORIPERTE.IT

* Prezzo riviste escluso. La collezione è composta da 120 uscite. Prezzo prima uscita € 2,99; prezzo seconda uscita € 5,99; prezzo uscite successive € 8,99* (salvo variazioni dell'aliquota fiscale). L'Editore potrebbe essere obbligato per ragioni tecniche a cambiare l'ordine delle uscite. L'Editore si riserva anche il diritto di proporre alcune uscite aggiuntive rispetto al piano iniziale dell'opera, al solo scopo di arricchirne la qualità e il pregio. Qualsiasi variazione sarà comunicata nel rispetto delle norme vigenti previste dal Codice del Consumo (D.lgs. 206/2005). Monete e banconote da collezione. +14 anni.

DOMENICA a tavola

*ricette da condividere
con amici e parenti*

Peperoni sott'olio

 Preparazione
20 min+rip  Cottura
15 minuti

- 1. Disponi i vasi** e i coperchi ben puliti ad asciugare nel forno caldo a 140° ma spento, per 30 minuti, così saranno asciutti e sterili.
- 2. Incidi la calotta** dei peperoni ed elimina il picciolo e i semi. Dividili a metà, togli le nervature e tagliali a larghe falde. Riempi per $\frac{2}{3}$ una casseruola ampia, preferibilmente di acciaio inox, con l'aceto e il vino. Aggiungi 2 cucchiaini di sale e 1 cucchiaino di grani di pepe, metti sul fuoco e porta a ebollizione.
- 3. Immergi nel liquido** $\frac{1}{3}$ dei peperoni, fai riprendere l'ebollizione e lasciali sobbollire per 2-3 minuti, in modo che restino croccanti. Sgocciolali su carta assorbente e lasciali asciugare. Cuoci così tutti gli altri peperoni.
- 4. Sistema le falde** a strati nei vasetti, distribuendo a piacere capperi, olive verdi a filetti, foglie di basilico, alloro e grani di pepe. Infine premi bene e aggiungi strati, fino ad arrivare a circa 2 cm dall'imboccatura. Versa olio fino a coprire tutto e chiudi i vasi.
- 5. Per sterilizzare**, disponi sul fondo di una pentola grande e alta qualche foglio di giornale o un telo. Avvolgi anche i singoli vasi, per evitare che si rompano. Riempi d'acqua, fino a coprire i vasi di 3-4 cm e porta a ebollizione a fiamma bassa, l'acqua dovrà solo fremere. Se si consuma, aggiungine altra bollente. Fai bollire per 50-55 minuti. Spegni e lascia raffreddare i vasetti nella pentola immersi nell'acqua. Si conservano per 5-6 mesi in luogo fresco e buio.



INGREDIENTI PER 4 VASETTI DA 400 ML
peperoni gialli e rossi 2 kg - aceto bianco
400 ml - vino bianco 200 ml - olio
extravergine - sale - pepe in grani
- basilico, capperi, olive e alloro (facoltativi)



6 delizie SOTTOVETRO

Piccoli salvadanai di sapori dolci e salati da riempire in estate e gustare durante l'anno

di Marilena Bergamaschi, foto di Ciro Rota

1 Peperoncini piccanti farciti di tonno



Preparazione
25 min+rip



Cottura
12 minuti

INGREDIENTI PER 50-60 PEZZI

peperoncini tondi piccanti 50-60 - **vino bianco** 1 l - **aceto bianco** 1 l - **tonno sott'olio** 320 g, sgocciolati - **acciughe sott'olio** 80 g - **capperi sott'aceto** 3 cucchiaini - **basilico tritato** 1 cucchiaino - **prezzemolo tritato** 1 cucchiaino - **olio extravergine** 1 l - **sale** - **pepe**

1. Pulisci i peperoncini, elimina il picciolo e i semi. Porta a ebollizione vino bianco e aceto con 1 cucchiaino di sale grosso. Immergi i peperoncini e cuocili per 2 minuti dall'ebollizione, scolali, disponili capovolti su carta assorbente e falli asciugare in un luogo arieggiato per 3 ore, girandoli un paio di volte.

2. Frulla al mixer prima i capperi sgocciolati e leggermente strizzati con le acciughe sgocciolate. Unisci il tonno, le erbe aromatiche tritate e frulla, fino a ottenere un composto omogeneo. Suddividi il ripieno nei peperoncini con un cucchiaino.

3. Disponi i peperoncini all'interno dei vasetti perfettamente puliti e asciutti. Versa olio sufficiente a coprirli e inserisci all'interno dei vasetti gli appositi dischetti in plastica, per evitare che i peperoncini salgano in superficie. lascia assorbire, poi se serve rabbocca l'olio. Chiudi con i tappi e riponi i vasetti in frigorifero, dove si conservano per circa 10 giorni. Prima di gustarli, lascia i peperoncini a temperatura ambiente per 30 minuti.

4. Per sterilizzare invece i peperoncini e conservarli per almeno un mese a temperatura ambiente, disponi i vasi ben chiusi e avvolti in fogli di carta di giornale in una pentola che li contenga a misura. Versa acqua sufficiente a coprirli per almeno 10 cm, porta a ebollizione e fai sobbollire a fiamma bassa per 50-60 minuti. Lascia raffreddare i vasetti nell'acqua e conservali in luogo fresco e buio.



IL CONSIGLIO

È possibile che durante la sterilizzazione l'olio si intorbidisca e che i peperoncini assumano una consistenza un po' meno croccante, ma restano comunque ottimi.

② Pomodori secchi sott'olio alla contadina con erbe e capperi

 Preparazione 20 min+rip  Cottura 37 minuti

INGREDIENTI PER 3 VASETTI DA 250 ML

pomodori secchi 300 g - **aceto di vino bianco o rosso** 200 ml - **vino bianco o rosso** 100 ml - **capperi sott'aceto** - **origano secco** - **basilico** - **peperoncino** - **aglio** - **rosmarino** - **olio extravergine** - **pepe in grani**

1. Porta a ebollizione 400 ml d'acqua con il vino e l'aceto. Spegni, immergi i pomodori secchi e lasciali riposare per 6-7 minuti. Sgocciolali e tamponali con carta assorbente, stendili su un telo in un solo strato e lasciali asciugare all'aria per 12 ore.

2. Disponi i pomodori a strati nei vasetti di vetro, alternandoli con capperi, origano, basilico, peperoncino, rosmarino, fettine d'aglio e grani di pepe. Coprili completamente con uno strato d'olio, premendo per eliminare le eventuali bolle d'aria.

3. Disponi i vasetti in 2 pentole alte con il fondo foderato da un telo piegato o con carta di giornale, interponendo fra i vasetti un altro telo o altra carta. Versa acqua fredda sufficiente a coprire i vasetti di almeno 10 cm e porta a ebollizione.

4. Cuoci i vasetti per circa 30 minuti a fuoco basso, facendo attenzione che l'acqua superi sempre i coperchi. Fai raffreddare i vasetti nell'acqua, sgocciolali e riponili in un luogo buio e fresco. Consumali dopo 1 mese. Si conservano per circa 6 mesi.



③ Tonno sott'olio fatto in casa

 Preparazione 30 min+rip  Cottura 70 min

INGREDIENTI PER 4 VASETTI DA 250 ML

tonno fresco 1 kg - **olio extravergine** - **sale**

1. Acquista il tonno in un unico pezzo. Sciacqualo, asciugalo e taglialo a cubotti di circa 10 cm di lato. Porta a ebollizione 3 l d'acqua in una pentola. Aggiungi 160 g di sale, immergi i pezzi di tonno, copri, abbassa la fiamma al minimo e cuoci per 30 minuti.

2. Sgocciola i pezzi di tonno su carta assorbente da cucina e avvolgili. Appena si raffreddano, avvolgili con altra carta da cucina, trasferiscili in un contenitore e mettili in frigorifero per 24 ore. Il giorno dopo, tagliali per adattarli ai vasi e inseriscili. Copri con l'olio, fino a 1 cm dal bordo e fai riposare per almeno 1 ora, in modo che il tonno assorba un po' d'olio. Se necessario rabboccalo, ancora un po', poi chiudi i vasetti con il tappo.

3. Avvolgi i vasetti con carta da cucina, mettili in una pentola ampia, copri con abbondante acqua fredda e cuoci per 30 minuti dall'ebollizione, facendo attenzione che l'acqua superi sempre i coperchi. Lasciali raffreddare nell'acqua. Attendi almeno 20 giorni prima di gustare il tonno e consumalo entro 3 mesi.



4 Pomodori verdi in salsa agropiccante



Preparazione
20 min+rip



Cottura
2 minuti

INGREDIENTI PER 4 VASETTI DA 250 ML

pomodori verdi 1 kg - **aceto di vino bianco** 1 l
- **peperoncini secchi** 4 - **spicchi d'aglio** 4
- **maggiorana** 8 rametti - **chiodi di garofano** 4
- **sale grosso** - **pepe multicolore in grani**

1. Pulisci i pomodori, asciugali bene e tagliali a fette di circa 1 cm di spessore, in senso orizzontale, delle stesse dimensioni.

2. Versa l'aceto in una casseruola, unisci gli spicchi d'aglio spellati, le foglie d'alloro, i chiodi di garofano, un cucchiaino colmo di sale e porta dolcemente a ebollizione.

3. Tuffa le fette di pomodori nel liquido in ebollizione, cuocile per un paio di minuti, poi sgocciolale con il mestolo forato, conservando il liquido di cottura.

4. Sistema le fette di pomodoro nei barattoli, unendo per ciascuno 2 rametti di maggiorana, ½ cucchiaino di grani di pepe, 1 spicchio d'aglio e 1 peperoncino. Versaci sopra l'aceto bollente con gli aromi, premi gli ingredienti e, se necessario, rabbocca con altro aceto bollente. Chiudi i vasi, capovolgili e lasciali raffreddare. Fai riposare per almeno un mese prima di gustarli e consumali entro 3 mesi.



IL CONSIGLIO

Non lasciare spazi vuoti nei vasetti: man mano che li riempi, premi bene gli ingredienti per evitare di formare bolle d'aria, perché potrebbero compromettere la conservazione.



5 Chutney di mango con zenzero e cannella

 Preparazione
15 min+rip

 Cottura
1 h e 15 minuti

INGREDIENTI PER 3 VASETTI DA 330 ML

mango 1 kg - **zucchero di canna** 250 g - **aceto di mele** 250 ml
- **curcuma** 1 cucchiaino - **cannella** 1 stecca - **zenzero fresco** un pezzetto da 2 cm - **cipolla** 1 - **menta** - **sale**

1. Sbuccia i manghi, elimina i noccioli, ricava circa 800 g di polpa e tagliala a dadini. Trasferiscila in una ciotola con zucchero, curcuma, zenzero spellato e grattugiato e ½ cucchiaino di sale, poi amalgama e lascia riposare il composto per 2 ore, mescolando di tanto in tanto.

2. Versa il composto in una casseruola, aggiungi l'aceto, la cipolla tritata e la cannella. Copri, porta a ebollizione e cuoci il chutney a fiamma bassa per almeno 1 ora, mescolando di tanto in tanto.

3. Scopri e prosegui la cottura ancora per 10 minuti, finché il fondo si sarà addensato. Versa il chutney bollente in 3-4 vasetti di vetro da conserva ben puliti, chiudi con i tappi a capsula, capovolgili e lasciali raffreddare completamente. Conservali in un luogo fresco, buio e asciutto e consumali entro 3 mesi.



6 Pesche gialle sciropate al vino dolce

 Preparazione
25 min+rip

 Cottura
60 minuti

INGREDIENTI PER 3 VASETTI DA 350 ML

pesche gialle 6 kg - **zucchero** 1 kg - **acqua minerale naturale** 1 l - **vino dolce fermo** 700 ml - **limoni** 3 - **rum o brandy** 150 ml
- **foglie di melissa o scorza di limone non trattato**

1. Versa l'acqua minerale, il vino, lo zucchero e il succo dei limoni filtrato attraverso il colino in una pentola. Porta a ebollizione, cuoci per circa 10 minuti, aggiungi il liquore e spegni. Lascia raffreddare lo sciroppo.

2. Dividi a metà le pesche, elimina il nocciolo, tuffale, 4-5 alla volta, per un istante in acqua bollente, sgocciolale e sbucciale. Disponile nei vasetti ben puliti e asciugati. Se preferisci, puoi anche tagliare le pesche a fette.

3. Versa lo sciroppo sulle pesche, fino a raggiungere la base dell'imboccatura dei vasetti. Introduci 1 foglia di melissa in ogni vasetto oppure, in alternativa, 1 pezzetto di scorza di limone, poi chiudi bene i vasetti.

4. Disponi i vasetti in 2 pentole alte con il fondo foderato da un telo piegato, interponendo fra i vasetti un altro telo. Versa acqua fredda sufficiente a coprire i vasetti di almeno 10 cm e porta a ebollizione. Cuoci per circa 50 minuti a fuoco moderato, facendo attenzione che l'acqua superi sempre i coperchi (se diminuisce, versane dell'altra, sempre bollente). Fai raffreddare i vasetti nell'acqua, sgocciolali e riponili in dispensa al buio. Potrai consumare le pesche dopo circa 1 mese.



L'IDEA IN PIÙ

Per questa ricetta scegli un vino di qualità, come per esempio un Moscato (non spumante) oppure anche un passito tipo Pantelleria.



Manuel Saraceno

**Ambassador
GialloZafferano**

Unisce la passione per la cucina al suo amore per la musica, proponendo un gusto rock a ogni piatto. In un mondo frenetico di ricette super veloci, Manuel sceglie di rallentare e prendersi cura dei suoi piatti in ogni dettaglio.

Rotolini di zucchine



Preparazione
20 minuti



Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4

zucchine 400 g - **olio extravergine** 3 cucchiari
- **pangrattato rustico** 100 g - **fontina** 140 g, a fette
- **prosciutto crudo** 140 g

1. Spunta le zucchine e ricava delle fette molto fini con l'aiuto di un pelaverdure, tagliando nella direzione della lunghezza. A questo punto, versa in un piatto l'olio e in un altro il pangrattato rustico.

2. Sovrapponi due fette di zucchine e passale prima nell'olio e poi nel pangrattato da ambo i lati.

3. Farciscile con fontina e prosciutto crudo, poi arrotolale delicatamente in modo da non rimuovere la panatura.

4. Una volta completati tutti i rotoli, disponili in una teglia, in modo che si sorreggano tra loro, poi cuoci in forno statico a 200° per 15 minuti. Una volta pronti, sforna e servi!



IL CONSIGLIO

Le fettine di fontina non devono essere troppo spesse altrimenti avrai difficoltà nell'arrotolare le zucchine!

ricette AL GRATIN

Croccanti fuori, morbide dentro: le preparazioni al gratin conquistano con i loro contrasti al palato e i profumi che invadono tutta la cucina

A cura di Elena Di Renzo
foto di Ciro Rota



Maccheroni al forno con zucchine e mandorle

 Preparazione
20 minuti

 Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4

maccheroni 320 g - **robiola** 200 g - **zucchine** 2 medie
- **scalogno** 1 - **mandorle pelate intere** 50 g - **Parmigiano**
Reggiano Dop grattugiato 50 g - **pangrattato** - **olio**
extravergine - **sale** - **pepe**

1. Porta a bollore abbondante acqua salata e cuoci i maccheroni al dente, tenendo da parte un po' d'acqua di cottura. Nel frattempo, pulisci le zucchine e tagliale a rondelle sottili. Poi affetta finemente lo scalogno e fallo appassire in padella con un filo d'olio. Unisci le zucchine, sala, pepa e cuoci finché risultano tenere.

2. In una ciotola lavora la robiola con un po' d'olio e qualche cucchiaino d'acqua di cottura della pasta, fino a ottenere una crema morbida. Aggiungi le zucchine e metà delle mandorle, e mescola delicatamente. A questo punto, trasferisci i maccheroni nella crema di robiola e amalgama bene.

3. Versa il tutto in una pirofila oliata, spolverizza con Parmigiano Reggiano e pangrattato e completa con le mandorle rimaste. Cuoci in forno a 180° per 20 minuti, finché la superficie risulta dorata. Terminata la cottura, sforna e lascia intiepidire prima di servire.



Sarde gratinate

 Preparazione
15 minuti

 Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

sarde fresche 800 g, già pulite - **pangrattato** 100 g - **prezzemolo**
1 mazzetto - **aglio** 1 spicchio - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Lava bene le sarde sotto acqua fredda e asciugale delicatamente con carta da cucina, mantenendole intere ma senza testa. Nel frattempo lava il prezzemolo, asciugalo e tritalo finemente con un coltello (se ti piace, puoi aggiungere anche 1 spicchio d'aglio tritato).

2. Ungi con abbondante olio il fondo di una teglia, poi disponi le sarde ben allineate a strati. Cospargile con il pangrattato, il prezzemolo, il sale e il pepe, quindi completa con un altro filo d'olio.

3. Cuoci in forno preriscaldato a 180° per circa 20 minuti, finché la superficie risulterà dorata e croccante e le sarde cotte ma morbide. Lascia riposare il gratin per qualche minuto prima di servire.



PIACERI in bottiglia

Rossi, bianchi, rosé
e distillati

Fresco e sapido

MONGARDA

Dalla Vigna San Gallo nasce il Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. Brut di Mongarda, prodotto con uve Glera e varietà autoctone coltivate su suoli calcarei ricchi di minerali. Fermentato con lieviti indigeni, si apre con profumi delicati di fiori di campo e frutta matura. Al palato è fresco e sapido, con un finale pulito che invita al sorso successivo. Un vino elegante, ideale per ogni occasione.

mongarda.it



Purezza andina

DIPLOMATICO RUM

Dalla limpidezza cristallina, il Rum Bianco Planas prende il nome da un'area situata ai piedi delle Ande, dove nasce da materie prime selezionate. Dopo un lungo invecchiamento, viene filtrato a carbone per ottenere un colore limpido senza perdere la sua struttura aromatica. Il gusto è rotondo e vellutato, con delicate note dolci, speziate e floreali. Un distillato che sorprende per equilibrio e versatilità.

rondiplomatico.com

Riflessi color cipria

PONTE

Il Prosecco DOC Rosé Millesimato Brut di Ponte nasce da uve Glera e Pinot Nero coltivate nelle zone più pregiate del Veneto e del Friuli. Dopo una vinificazione attenta e una lenta rifermentazione in autoclave, si presenta con un elegante rosa antico dai riflessi cipria. Fresco e fruttato, regala note di pesca, mela rossa e agrumi. Al palato è armonico e vivace, con un perlage fine che esalta equilibrio e raffinatezza.

ponte1948.it





Aromi di Sicilia

LIMONCÈ

Limoncè "Aperitivo alla Siciliana" racchiude la freschezza degli agrumi di Sicilia in un unico sorso. Dal colore giallo intenso, sprigiona profumi di limone e delicate note di vermut. Al palato offre un equilibrio armonioso tra dolcezza aromatica e fresca leggerezza, con una chiusura morbida e avvolgente. Ideale servito in un ampio calice con ghiaccio e un po' di prosecco, per uno Spritz originale che porta l'estate direttamente nel bicchiere.

limonce.it



Bianco vibrante

LVNAE

Il Vermentino "Etichetta Nera" di Lvnæ racconta il meglio del territorio di Colli di Luni e Castelnuovo Magra. Ottenuto da uve selezionate e raccolte a mano, è vinificato con macerazione a freddo e affinamento sulle fecce fini. Di colore giallo paglierino, presenta profumi di albicocca, pesca e fiori d'acacia, con note di macchia mediterranea, salmastre e balsamiche. Fresco e sapido al palato, con corpo rotondo e finale ammandorlato, è un bianco vibrante per gli amanti dei vini mediterranei.

cantinelunae.com



Rosé raffinato

SERENA WINES

Dal colore rosa tenue e brillante, il Prosecco Rosé Brut di Serena Wines 1881 si presenta con un perlage fine e una spuma persistente. Profumi di fiori bianchi e rossi si mescolano a note fruttate di mela, pera e delicati sentori di fragola e lampone. Al palato è fresco e armonico, con un piacevole equilibrio tra acidità e dolcezza che lo rende perfetto per accompagnare aperitivi e piatti leggeri.

serenawines.it



Provenza in bottiglia

RUMOR

Il Cotes de Provence Rosé 2024 di Rumor nasce dai vigneti biologici di Flassans-sur-Issole, cuore della Provenza. Questo rosato dal colore brillante regala profumi di mandarino e fiori bianchi, mentre al palato si mostra fresco, armonico e con un elegante finale iodato. Perfetto per chi cerca un vino raffinato, capace di accompagnare ogni momento con stile.

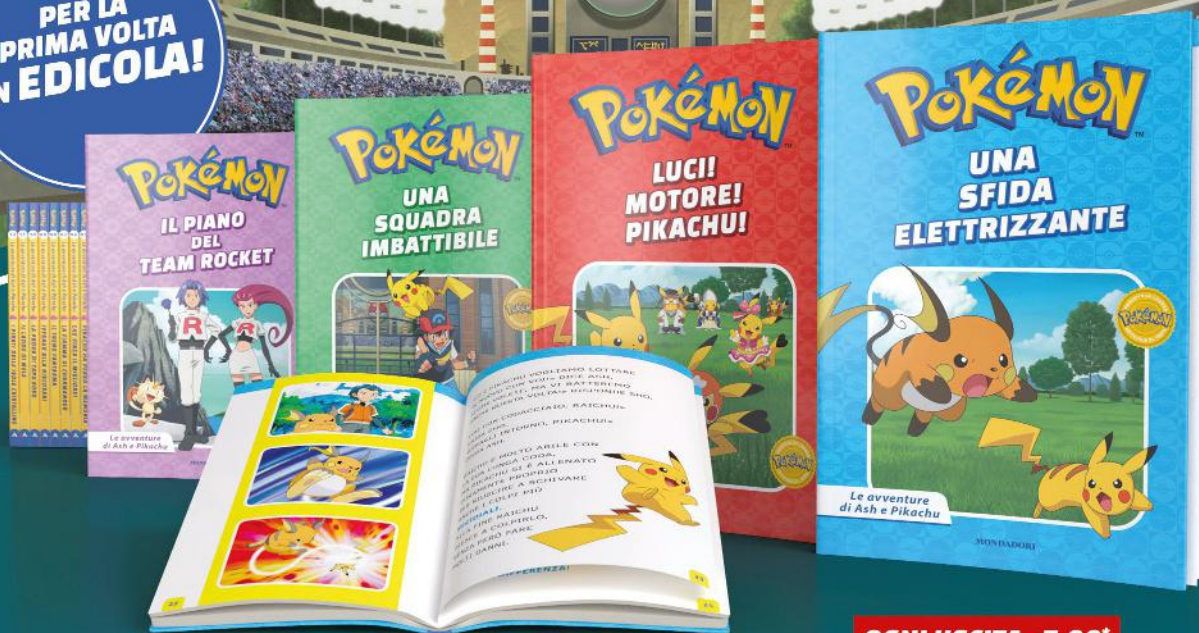
rumorrose.com

POKÉMON™

LE AVVENTURE DI ASH E PIKACHU

TRATTE
DALLA SERIE TV
ORIGINALE!

PER LA
PRIMA VOLTA
IN EDICOLA!



OGNI USCITA €7,90*

I volumi ufficiali della saga più amata al mondo arrivano in una collezione unica!
Rivivi gli episodi più divertenti ed emozionanti della serie animata in una collana inedita
di libri illustrati, perfetti per tuffarti nelle prime avventure nel mondo della lettura!

Assolutamente da non perdere!

**1ª USCITA “UNA SFIDA ELETTRIZZANTE”
DAL 26 AGOSTO IN EDICOLA CON**



SCOPRI IL PIANO DELL'OPERA SU MONDADORIPERTE.IT

DOLCI fatti IN CASA

*i dessert genuini per chiudere
il pasto con dolcezza*

Churros spagnoli

 Preparazione
10 min+rip

 Cottura
15 minuti

- 1. Porta a ebollizione** 300 ml d'acqua leggermente salata. Versa la farina in una ciotola, forma un incavo al centro, versaci a filo l'acqua bollente e mescola rapidamente con la frusta, incorporando man mano tutta la farina e lavorando fino a ottenere un composto liscio e omogeneo, poi lascia raffreddare.
- 2. Trasferisci il composto** in una tasca da pasticciere con bocchetta a stella di circa 1 cm di diametro e mettilo in frigorifero a riposare per circa 30 minuti.
- 3. Per la cioccolata** intanto, spezzetta il cioccolato e fallo fondere a bagnomaria. Mescola il latte con 60 ml d'acqua e lo zucchero e cuoci finché lo zucchero sarà sciolto. Incorpora a filo il cioccolato fuso e prosegui la cottura ancora per qualche istante.
- 4. Scalda abbondante olio** in una padella con il bordo alto. Strizza la tasca poco per volta, facendo scendere la pasta direttamente nell'olio e formando tanti bastoncini di circa 8-10 cm di lunghezza.
- 5. Friggi pochi churros** per volta e sgocciolali su fogli di carta assorbente da cucina, man mano che diventano dorati. Trasferiscili subito su un piatto da portata, spolverizzali ancora caldi con abbondante zucchero, poi servili subito con la cioccolata calda.



INGREDIENTI PER 4

farina 00 250 g - zucchero semolato
- olio di semi di arachide - sale
PER LA CIOCCOLATA cioccolato fondente 120 g
- latte 500 ml - zucchero 60 g



6 dolci ricordi di VIAGGIO

Durante le vacanze hai assaggiato dei deliziosi dolcetti che ti piacerebbe gustare ancora e magari far provare agli amici? Eccoli, sono facilissimi...

A cura di Marilena Bergamaschi
foto di Antonio Bagnano

1 Pavlova alla crema con pesche e mirtilli



Preparazione
40 min+rip



Cottura
130 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

albumi 4 - zucchero semolato fine 260 g - amido di mais 1 cucchiaino - aceto bianco 1 cucchiaino

PER LA CREMA latte fresco 500 ml - zucchero a velo 100 g - tuorli 5 - farina 60 g - estratto di vaniglia naturale 1 cucchiaino - panna fresca 400 ml - sale
PER GUARNIRE mirtilli 200 g - pesche gialle 4-5 - gelatina di lamponi - menta

1. Monta gli albumi in una ciotola con l'aceto, 230 g di zucchero a velo setacciato con l'amido di mais, finché saranno ben densi e gonfi.

2. Versa la meringa in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia. Forma 4 spirali dello spessore di 1,2 cm sulla placca foderata con carta da forno, lisciali con una spatola e cuocili in forno già caldo a 100° per circa 2 ore, poi spegni e lasciali raffreddare nel forno.

3. Per la crema pasticcera, monta i tuorli con lo zucchero, un pizzico di sale e la farina, poi versa a filo il latte bollente, aromatizzato con la vaniglia. Cuoci, mescolando finché la crema sarà densa. Versala in una ciotola e lascia raffreddare. Monta la panna ben fredda con lo zucchero a velo rimasto, poi amalgamala alla crema pasticcera.

4. Sistema un disco di meringa su un piatto e spalmalo con $\frac{1}{4}$ della crema e un po' di gelatina. Appoggiaci sopra il secondo disco, spalmalo di crema e gelatina e prosegui allo stesso modo con gli altri 2 dischi. Disponi sulla superficie del dolce i mirtilli, un po' di gelatina, le pesche a fette e servi subito con foglie di menta.



IL CONSIGLIO

Prepara le meringhe il giorno precedente, così saranno più solide. Componi il dolce poco prima di servire.



② Pancakes con sciroppo d'acero e frutta fresca

 Preparazione
30 min+rip

 Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4-6

farina 00 150 g - uova 2 - latte 250 ml - fragole 120 g - banane 2
- lievito vanigliato per dolci 8 g - sciroppo d'acero - burro - sale

1. Separa i tuorli dagli albumi. Setaccia la farina in una ciotola con il lievito, unisci i tuorli, il latte, 40 g di sciroppo d'acero, 40 g di burro fuso, 1 pizzico di sale e amalgama gli ingredienti con una frusta, fino a ottenere una pastella liscia e omogenea. Monta a neve gli albumi e uniscili al composto, aiutandoti con una spatola e compiendo movimenti delicati dal basso verso l'alto. Fai riposare la pastella in frigorifero per 20 minuti.

2. Scalda un padellino antiaderente, versa un mestolino di pastella e fai roteare la padella, per distribuire bene il composto, formando dei dischi di circa 8 cm di diametro. Cuoci i pancakes 2 minuti per lato e, man mano che sono pronti, impilali e avvolgili con alluminio per tenerli in caldo.

3. Servi i pancakes ben caldi con sciroppo d'acero, fiocchetti di burro, accompagnando con banane a fettine e fragole.



IL CONSIGLIO

Se preferisci, puoi dolcificare i pancakes con miele d'acacia liquido al posto dello sciroppo d'acero. Ha un gusto particolarmente aromatico, perfetto con la frutta.



③ Kataifi con noci e pistacchi

 Preparazione
20 min+rip

 Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

pasta kataifi 400 g - noci 200 g - miele 200 g - burro 160 g - uovo 1 - zucchero semolato 50 g - zucchero di canna 20 g - limone bio 1 - cannella - pistacchi

1. Versa in un pentolino il miele, lo zucchero semolato, 2 cucchiaini di cannella, la scorza di limone prelevata a fettine con un pelapatate e 2-3 cucchiaini d'acqua. Porta a ebollizione a fiamma bassa e cuoci per 4-5 minuti finché lo zucchero sarà sciolto e il liquido sciropposo.

2. Trita finemente le noci, versale in una ciotola, unisci lo zucchero di canna, l'uovo e ½ cucchiaino di cannella, mescolando per amalgamare.

3. Stendi un po' di pasta kataifi sul piano di lavoro e forma una matassina abbastanza lunga. Disponi alla base un cucchiaino di ripieno e arrotola fino a ottenere un involtino. Prosegui allo stesso modo fino a esaurire gli ingredienti.

4. Adagia gli involtini in una teglia imburata, uno accanto all'altro. Sciogli su fiamma bassa il burro e distribuiscilo bene sugli involtini. Trasferisci la teglia in forno già caldo a 180° e cuoci il kataifi per circa 30 minuti. Sforinalo e irroralo subito con lo sciroppo caldo. Fai riposare per almeno 6 ore, meglio ancora se fai passare 24 ore, prima di gustare il dolce. Servilo spolverizzato con pistacchi tritati.



4 Mini Tarte Tatin

 Preparazione
25 minuti

 Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

mele renette o golden 3 - pasta sfoglia fresca 1 confezione
- **zucchero di canna 80 g - burro 60 g - succo di limone**
- **cannella - gelato**

- 1. Sbuccia le mele**, tagliale a spicchi e poi a fettine sottili, mettile in una ciotola e irrorale con il succo di limone e spolverizzale con abbondante cannella.
- 2. Suddividi il burro** in 4 stampini monoporzione da circa 12 cm di diametro e imburra bene il fondo e le pareti, poi spolverizza con lo zucchero e distribuisce le fettine di mela.
- 3. Ritaglia dalla sfoglia** 4 dischi di circa 15 cm di diametro, o comunque un po' più grandi degli stampi, posali sulle mele e fai rientrare il bordo della sfoglia nello stampo tutt'attorno, in modo che avvolga le fette di mela.
- 4. Cuoci le Tatin** in forno già caldo a 190° per 15-20 minuti, finché la sfoglia sarà ben cotta e dorata. Rovescia le tortine sui piatti e attendi qualche minuto prima di sollevare delicatamente gli stampi per sformarle. Lasciale intiepidire o raffreddare e servi con una pallina di gelato a piacere.



5 Crema catalana

 Preparazione
30 min+rip  Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 8

tuorli 8 - latte 500 ml - panna fresca 500 ml - zucchero semolato 160 g - zucchero di canna 80 g - fecola di patate o amido di mais 30 g - limone bio 1 - estratto di vaniglia 1 cucchiaino - cannella 1 stecca

- 1. Porta a ebollizione** in una casseruola panna, latte, baccello di vaniglia, cannella e scorza di limone. Monta i tuorli con lo zucchero semolato e la fecola o l'amido di mais, fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Incorpora il mix di latte e panna filtrato poco alla volta, versando a filo e mescolando.
- 2. Versa la crema** ottenuta di nuovo nella casseruola e cuocila per circa 15 minuti a fuoco dolcissimo, mescolando in continuazione, finché si addenserà, poi suddividila nelle ciotoline.
- 3. Lascia raffreddare** la crema per circa 30 minuti a temperatura ambiente, poi mettila in frigorifero e falla riposare almeno 2-3 ore. Toglila dal frigorifero e spolverizzala con lo zucchero di canna.
- 4. Caramella lo zucchero** sopra la crema in ciascuna ciotolina con la bomboletta a gas, solo poco prima di servire il dessert, altrimenti il caramello potrebbe sciogliersi e rovinare la preparazione. Non rimettere la crema nel frigorifero, ma portala subito in tavola.



6 Pateis de nata



Preparazione
25 min+rip



Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 12 PEZZI

pasta sfoglia rettangolare 2 confezioni - **panna fresca** 500 ml
- **tuoilri** 8 - **farina** 2 cucchiaini - **zucchero semolato** 200 g - **limone**
bio 1 - **zucchero a velo** - **sale**

1. Per la crema, monta in una ciotola i tuoilri con lo zucchero e un pizzico di sale, aggiungi la farina a pioggia e la scorza del limone grattugiata e diluisci con la panna. Trasferisci il composto in una casseruola dal fondo spesso e cuoci a fuoco basso mescolando, per circa 10 minuti, finché la crema si addenserà.

2. Stendi le 2 sfoglie di pasta sul piano di lavoro e sovrapponile. Arrotolale dal lato più corto

e tagliale ricavando 12 fette di circa 2 cm di spessore. Trasferiscile in 12 stampini da muffin leggermente unti o in silicone, disponile sul fondo di ciascuno e stendile con i pollici, in modo da foderarli completamente.

3. Suddividi la crema negli incavi degli stampini e cuocili in forno già caldo a 250° per 15-20 minuti, finché la superficie sarà ben dorata. Lasciali raffreddare, sformali e servili, a piacere, spolverizzati con lo zucchero a velo.



IL TOCCO IN PIÙ

Delizie tradizionali di origine portoghese, i pasteis de nata sono piccole tortine di sfoglia farcite con crema all'uovo, che durante la cottura in forno crea un goloso strato caramellato. Servile spolverizzate con zucchero a velo oppure con abbondante cannella in polvere.



l'arte della pasticceria per tutti



LuCake

**Food Creator
GialloZafferano**

Luca Perego, in arte LuCake, è un pasticcere che unisce tradizione e innovazione, grazie alle profonde radici della sua famiglia nel mondo della panificazione. Ha collaborato con riviste di cucina e programmi TV, ed è autore di due libri: "Manuale di pasticceria per tutti", seguito da "Il mio lato salato", condividendo ricette e segreti di famiglia per portare la pasticceria professionale e l'arte dei lievitati nelle case e nei cuori di tutti. Da poco ha inaugurato la sua Scuola di Pasticceria online.

Cheesecake al limone



Preparazione
40 min+rip



Cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER UNA TORTA DA 18 CM

PER IL BISCOTTO biscotti secchi Petit 140 g - burro fuso 90 g

PER IL RIPIENO yogurt al limone 240 g - formaggio spalmabile

(o mascarpone) 160 g - zucchero a velo 55 g - colla di pesce (200° bloom)

10 g - limone 1, la scorza - succo di limone 35 g - panna fresca 200 g

PER LA GELATINA AL LIMONE succo di limone 100 g - acqua 60 g - zucchero

100 g - colla di pesce (200° bloom) 5 g - colorante in gel giallo 1 goccia

PER DECORARE limone 3 fette - foglie di menta fresca

1. Per la base, frulla i biscotti fino a renderli polvere, versarli in una ciotola con il burro fuso e mescola. Distribuisci il composto in una tortiera da 18 cm foderata con carta da forno, pressalo con un cucchiaino e riponi in frigo per 10 minuti.

2. Per il ripieno, metti a bagno la colla di pesce in acqua fredda per 5 minuti. In una ciotola con lo sbattitore elettrico, mescola lo yogurt, il formaggio spalmabile, lo zucchero a velo e la scorza grattugiata del limone. In un pentolino scalda il succo filtrato del limone fino a renderlo bollente, aggiungi la colla di pesce ben strizzata e mescola. Versa il composto caldo nell'impasto di yogurt e amalgama con le fruste elettriche. In una ciotola monta la panna e aggiungila al ripieno. Versa il ripieno nella tortiera, livella e riponi in frigorifero per 3-4 ore.

3. Per la gelatina, una volta addensata la torta, metti a bagno la colla di pesce in acqua fredda per 5 minuti. In un pentolino scalda il succo filtrato del limone, l'acqua, il colorante e lo zucchero fino a che quest'ultimo sarà ben sciolto. Strizza la colla di pesce, uniscila al composto caldo e mescola.

4. Quando la gelatina si sarà intiepidita versala sulla cheesecake e riponila in frigo per almeno 2 ore, poi sformala, adagiala sul piatto da portata e decora la superficie con fette di limone e foglie di menta.



Granita al limone



Preparazione
15 min+rip



Cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 3 GRANITE

acqua 500 g - succo di limone 250 g
- zucchero 200 g - scorza di limone 2

1. Lava 2 limoni e con un pelapatate rimuovi la scorza, prelevando solo la parte gialla. In un pentolino versa l'acqua, lo zucchero e la scorza di limone, porta a bollore e poi lascia raffreddare.

2. Spremi i limoni fino a ottenere 250 g di succo, poi versalo nella pentola con lo sciroppo di zucchero e mescola. Filtra il composto in una pirofila, per trattenere le scorze, e riponi in congelatore.

3. Il composto andrà lasciato in congelatore per 4-5 ore, avendo cura di mescolare e rompere i cristalli di ghiaccio con una forchetta ogni 30 minuti circa. Passato il tempo necessario di congelamento, servi la granita in un bicchiere e decora con uno spicchio di limone.



IL CONSIGLIO

Puoi preparare la granita anche con la gelatiera: una volta raffreddato il composto ti basterà versarlo nella macchina e azionarla, fino a ottenere la consistenza desiderata. Saranno necessari almeno 60-70 minuti. Una volta pronta, servila subito. Evita di riporla nuovamente in freezer: si trasformerebbe in un blocco di ghiaccio!



LA BORSA della spesa



Appetitose e bilanciate

NOSTROMO

La linea Mix&Go di Nostromo propone insalate pronte, ricche di proteine e dal gusto equilibrato, ideali per pranzi veloci e leggeri ovunque. Con pack sostenibile e formato da 190 g, uniscono praticità e benessere. Alle varianti classiche si aggiungono ora Pro+ Vital e Pro+ Boost: la prima combina tonno, lenticchie, bulgur e verdure con un tocco di limone; la seconda unisce tonno, fagioli, olive e avena per un pasto completo e sfizioso.

tonnonostromo.it



Il bar a casa tua

ALCE NERO

Gustosa, naturale e 100% italiana: la bevanda vegetale alla soia Alce Nero è senza zuccheri aggiunti e perfetta da gustare da sola o con caffè, orzo o cacao. La nuova ricetta Barista monta alla perfezione per un cappuccino cremoso come al bar e si presta anche in cucina per dolci, creme e frullati.

alcenero.com



Gusto classico

FRONERI

Da 70 anni Coppa del Nonno porta in tavola tutto il gusto autentico del gelato al caffè: latte fresco italiano, un infuso intenso di chicchi robusta e arabica, e una cremosità avvolgente. Un classico intramontabile, amato da tutte le generazioni.

froneri.com

Infusioni di freschezza

CUPPER

Gli infusi a freddo bio di Cupper offrono un'idratazione naturale e senza zuccheri aggiunti, perfetta per ogni momento della giornata. Tre gusti pensati per ogni palato: Menta e Limone, dal sapore fresco e agrumato; Limone, Zenzero e Curcuma, con un tocco speziato e caldo; Ribes Nero ed Echinacea, fruttato con una delicata nota acidula.

cupper-teas.it





Back to school con gusto

PANPIUMINO

Per un Back to School senza stress, PanPiumino è il pane morbido e senza crosta pensato per i più piccoli. Con soli sei ingredienti biologici e lievitazione naturale, è genuino, soffice e facile da maneggiare. Perfetto a colazione o merenda, si abbina a latte, marmellata o creme spalmabili per una pausa gustosa e sana. Nel pratico formato richiudibile, conserva tutta la sua freschezza.

panpiumino.it

Qualità siciliana

LIMMI

Il nuovo Limmi con limoni di Siracusa IGP nasce da agrumi selezionati coltivati tra mare e colline di un territorio ricco di minerali. Grazie alla loro succosità e alle bucce aromatiche, Limmi regala un profumo intenso e un sapore autentico a ogni preparazione. 100% naturale, pronto all'uso e facile da dosare, porta in cucina tutta la freschezza della Sicilia.

limmi.it



Pronte da gustare

VALFRUTTA

Buon Mix Valfrutta è la nuova linea di legumi e verdure cotte a vapore, 100% naturali, ricche di proteine vegetali e pronte da gustare. Tre ricette sane e sfiziose adatte ad ogni palato: delicato Cannellini, Soia e Mais; deciso Fagioli Rossi, Mais e Peperoncino; fresco Ceci, Piselli e Mais. Senza conservanti, in pratico formato monodose, perfetti da soli o per arricchire insalate, primi e bowl.

valfrutta.it



Vaniglia e latte biologico

VIPITENO

Latteria Vipiteno presenta Alpenyogurt in vetro da Latte Fieno STG alla vaniglia: uno yogurt cremoso e vellutato, prodotto con latte di mucche nutrite solo con fieno biologico, senza OGM, pesticidi o fertilizzanti chimici. Dal gusto naturale e aromatico, unisce la dolcezza della vaniglia alla leggera acidità dello yogurt. Perfetto da solo, a colazione con cereali o a merenda con biscotti.

latteria-vipiteno.it

MI PIACE

News
dalle aziende



BERGADER

Pizzette gourmet in pochi minuti: il tocco di classe è Edelblu Cubes

Per un antipasto veloce ma ricercato, prova le pizzette con pere, pancetta e Bergader Edelblu Cubes. Questi cubetti di formaggio erborinato, già porzionati e pronti all'uso, uniscono la cremosità del latte alpino di altissima qualità a un gusto intenso ma equilibrato. Perfetti da sciogliere in forno, regalano carattere anche alle ricette più semplici, come la tua pizza preferita. Per questa versione veloce ma gourmet basta un rotolo di pasta per pizza, qualche fetta di pera, pancetta croccante e una spolverata di timo fresco: in 20 minuti, l'antipasto è servito!



CONSORZIO DELLO SPECK
ALTO ADIGE

Festa dello Speck 2025 Plan de Corones

La Festa dello Speck dell'Alto Adige torna anche nel 2025 per incantare i palati e i cuori di chi ama la tradizione, i paesaggi spettacolari e il gusto autentico.

L'appuntamento è per il 27 e 28 settembre 2025 sulla vetta panoramica di Plan de Corones, dove le Dolomiti si incontrano con la cultura gastronomica altoatesina. Protagonista indiscusso sarà lo Speck Alto Adige IGP, espressione di una tradizione secolare, portata avanti con passione dai produttori locali e tutelata dal Consorzio dello Speck Alto Adige, promotore dell'evento insieme alla Regione dolomitica Plan de Corones.

BJORG

Avena Barista - Bio

Bjorg presenta "AVENA BARISTA", la nuova bevanda vegetale biologica pensata per chi non vuole rinunciare alla cremosità del cappuccino, e desidera un'alternativa 100% vegetale, naturale e sostenibile. Con il più alto contenuto d'avena integrale sul mercato (16%), una lista ingredienti corta, e una montabilità perfetta, Avena Barista conquista per gusto, consistenza e valori. È la risposta ideale per chi segue un'alimentazione vegana o vegetariana e per chi è intollerante al lattosio o alle proteine del latte. Senza zuccheri aggiunti, fonte di fibre a basso contenuto di grassi e sodio.



POMPADOUR

Erbe del Sonno con Melatonina

Rientrare dalle ferie non è mai semplice: il lavoro, le numerose attività e lo stress cittadino portano ad agitazione e spesso non ci fanno dormire serenamente.

Dall'esperienza POMPADOUR nel creare miscele innovative e ricche di gusto nasce il primo infuso alle erbe arricchito da 1 mg di MELATONINA: Erbe del Sonno MELATONINA, che può aiutarci ad affrontare al meglio il ritorno in città. In questo delizioso infuso la melatonina, in grado di ridurre il tempo richiesto per prendere sonno, incontra melissa, passiflora e lavanda, erbe calmanti sapientemente selezionate e miscelate per favorire il rilassamento ed il fisiologico sonno notturno. Un infuso unico che vi conquisterà immediatamente anche grazie all'irresistibile combinazione di vaniglia e caramello che lo rendono una coccola di gusto.



BORD BIA

Il verde diventa il colore dell'estate con i prodotti ittici dell'isola di Smeraldo

Grazie alla conformazione geografica insulare e alle acque fredde e incontaminate dell'Oceano Atlantico, l'Irlanda ha accesso ad una delle zone di pesca più ricche d'Europa, con prodotti ittici di alta qualità, il cui allevamento è conforme all'impegno di Origin Green, programma nazionale per lo sviluppo della sostenibilità alimentare. Gli scampi irlandesi, leggeri e gustosi, sono caratterizzati da un'ottima consistenza e freschezza grazie ai processi di lavorazione e al congelamento a bordo. Le ostriche irlandesi, ricche di proteine e povere di grassi, si distinguono per un gusto riconoscibile, frutto della dolcezza e persistenza iodica, combinata alle note distintive del territorio.



CITTERIO

Sofficette Bis

Le Sofficette Bis di Citterio, una soluzione rapida e ricca di gusto, perfette per farcire un maxi toast o creare panini sfiziosi. Un prodotto ideale per una pausa golosa durante lo smartworking, una merenda saporita o una colazione salata, pensato e studiato per rispondere alle diverse esigenze alimentari dei consumatori, in linea con le ultime tendenze di consumo. Sofficette BIS sono proposte in una pratica confezione da 70 g, formata da due vaschette separate: 4 fette di prosciutto cotto di alta qualità e 4 fette di formaggio provola dolce, anche Senza glutine e Senza lattosio. Inoltre, è disponibile anche la variante di gusto: petto di tacchino al forno e provola dolce.

GRANA PADANO DOP

Lo sapevi che...

Grana Padano è il formaggio DOP più consumato al mondo. Nato quasi 1000 anni fa, è frutto di una ricetta «anti-spreco», data la grande disponibilità di latte dell'epoca e l'esigenza di conservarlo a lungo.

È naturalmente privo di lattosio, come conseguenza del suo processo di produzione. Di Grana Padano non si butta niente: le croste possono essere utilizzate per insaporire brodi e minestre, o per preparare gustosi snack. Grazie alle tante stagionature, che vanno dai 9 fino agli oltre 24 mesi, si presta alla preparazione di svariate ricette, sia dolci che salate, e alla degustazione in abbinamento con diversi cibi e bevande.



ARTE BIANCA

Pan Piuma Pocket olio extravergine di oliva

Arte Bianca migliora la sua iconica gamma Pan Piuma usando solo l'olio extravergine d'oliva: una nuova ricetta che delizia il palato con un gusto unico. Per l'estate, con le gite fuori porta, non può mancare il comodo Pan Piuma Pocket, nell'economico e pratico formato di 150g con sole 4 fette, da giugno ancora più morbide grazie alla nuova ricetta all'olio extravergine di oliva! Pan Piuma Pocket è una scelta comoda e veloce, perfetta per i single o da portare con sé in vacanza, per un pic-nic in natura, uno snack in spiaggia o una merenda on-the-road. Senza lattosio, zuccheri aggiunti, conservanti e additivi. Pan Piuma Pocket 150g con la nuova ricetta è disponibile nelle varianti: Pan Piuma con farina di grano tenero, Pan Piuma con farina di grano duro e Pan Piuma con farina integrale.

menu
**PIÙ GUSTO
MENO SPESA**

mangiar **BENE** con **POCO**



Gessica Runcio

**Food creator
GialloZafferano**

Sui suoi profili social Gessica (@LericettediGessica) condivide piatti imperdibili della cucina italiana e siciliana, ma anche tante preparazioni facili e veloci e consigli sui prodotti di stagione



Frittata di patate e zucchine



Preparazione
20 minuti



Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4

uova 4 - patate 600 g, pelate - **cipolla 1** (facoltativa) - **zucchina 1**
- **formaggio grattugiato 2** cucchiaini - **provola dolce 80 g** - **olio di semi** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe** 1 pizzico

1. Pela le patate e tagliale a spicchi sottili, poi falle rosolare in padella con un filo d'olio di semi, finché risultano dorate e morbide. Una volta cotte prelevale e trasferiscile in una ciotola. Nella stessa padella fai rosolare anche la zucchina tagliata a fette sottili, poi la cipolla ad anelli.

2. Trasferisci tutte le verdure nella ciotola con le patate, quindi aggiungi anche il formaggio grattugiato, le uova sbattute, la provola a cubetti, il sale e il pepe. Mescola bene e versa il composto in una padella antiaderente, del diametro di 26 cm circa, con un filo d'olio d'oliva.

3. Cuoci la frittata a fiamma dolce fino a doratura su entrambi i lati, girandola almeno un paio di volte con l'aiuto di un piatto o di un coperchio liscio. Servila calda o, se gradisci di più, fredda.



Pasta melanzane e tonno

 Preparazione
15 min+rip

 Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4

melanzana 1 (300 g) - **pomodorini pelati** 400 g - **tonno sott'olio o al naturale** 250 g, sgocciolato - **aglio** 1 spicchio - **penne rigate** 400 g - **prezzemolo** 2 gambi (con i ciuffi) - **olive taggiasche** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe** 1 pizzico

- 1. Taglia la melanzana** a cubetti e lasciali scolare in uno scolapasta con poco sale. Dopo circa 30 minuti strizzali con le mani e friggili a poco a poco in abbondante olio di semi caldo. Una volta cotti scolali in uno scolapasta.
- 2. In un tegame**, fai soffriggere lo spicchio d'aglio e i gambi del prezzemolo (senza le foglie, che serviranno più avanti), poi versa i pomodorini con il loro succo e insaporisci con sale e pepe. Lascia cuocere per 10-15 minuti, finché il pomodoro risulterà morbido e avrà formato una salsa.
- 3. A questo punto** rimuovi l'aglio e i gambi del prezzemolo, poi unisci il tonno scolato dall'olio, le melanzane fritte, il prezzemolo tritato e le olive taggiasche. Mescola, fai insaporire e tieni da parte.
- 4. Cuoci la pasta** in abbondante acqua bollente salata per il tempo indicato sulla confezione, poi scolala e trasferiscila nel tegame con il sugo. Mescola bene e fai amalgamare tutti gli ingredienti, infine servi.



Torta gelato

 Preparazione
30 min+rip

 Cottura
no

INGREDIENTI PER UNO STAMPO DA 22 CM

biscotti secchi 90 g - **burro** 50 g - **panna vegetale** 500 g - **latte condensato** 170 g **PER DECORARE** **cornetti gelato** 2 mini - **cioccolato fuso o glassa al cioccolato già pronta** 100 g - **nocciole tritate** - **gocce di cioccolato**

- 1. Trita i biscotti** insieme al burro con un mixer a lame, fino a ottenere un composto sabbioso. Versa la miscela in uno stampo a cerniera da 22 cm e compattala bene con le mani o il dorso di un cucchiaino. Riponi in frigorifero per far rassodare.
- 2. In una ciotola** monta la panna con le fruste, poi unisci il latte condensato. Mescola delicatamente con una spatola, con movimenti dal basso verso l'alto per non smontare il composto. Versa $\frac{3}{4}$ della crema sulla base di biscotti, poi distribuisci il resto a ciuffetti usando un sac-à-poche. Trasferisci lo stampo nel congelatore e lascia riposare per almeno 5 ore.
- 3. Trascorso il tempo** di riposo, rimuovi lo stampo e trasferisci la torta gelato su una griglia. Decora la superficie con il cioccolato fuso, disponi i mini cornetti gelato al centro e completa con nocciole e gocce di cioccolato. Trasferisci la torta su un piatto da portata e servila subito, oppure riponila in congelatore fino al momento di servirla.

Campania COSTIERA AMALFITANA, incanto mediterraneo

Tra scogliere a strapiombo e terrazze profumate di agrumi, la Costiera Amalfitana è un autentico gioiello sospeso tra cielo e mare, un angolo d'Italia che affascina il mondo intero.

a cura di Elena Di Renzo e Federica Esti



Adagiata tra le montagne e il mare, la Costiera Amalfitana è uno dei tratti più scenografici della costa italiana. Estesa lungo il versante meridionale della Penisola Sorrentina, tra Positano e Vietri sul Mare, si affaccia sul Golfo di Salerno: qui le pareti rocciose scendono a picco sull'acqua, intervallate da terrazzamenti coltivati e piccole spiagge nascoste. Crocevia di civiltà, questa terra ha mantenuto una forte identità culturale; Amalfi, antica Repubblica Marinara, conserva ancora oggi il fascino del suo glorioso passato commerciale.

Ogni borgo della Costiera ha un'anima diversa e merita una sosta. Positano incanta con le sue case colorate, boutique artigianali e scalinate fiorite. Amalfi conserva la sua struttura medievale con l'imponente Duomo e i vicoli stretti. Ravello, in posizione panoramica, è famosa per ville storiche e giardini sospesi sul mare. Cetara mantiene

l'atmosfera autentica di un borgo di pescatori, mentre Vietri sul Mare, all'estremità orientale, è celebre per le ceramiche decorate a mano. E per gli amanti del trekking, il Sentiero degli Dei offre viste spettacolari lungo tutto il percorso.

Il legame con il territorio si riflette anche nella cucina, semplice ma intensa, fatta di pochi ingredienti scelti. I limoni della Costiera, grandi e profumati, sono il simbolo locale, protagonisti di dolci, marmellate e limoncello. Le alici di Cetara, lavorate secondo antiche tradizioni, danno vita alla pregiata colatura, ideale per condire pasta e verdure. Da provare gli scialatielli ai frutti di mare, la parmigiana di melanzane, i totani con patate e gli 'ndunderi, grandi gnocchi tipici. I vini locali, prodotti su vigneti terrazzati affacciati sul mare, raccontano l'intensità di questo paesaggio: bianchi freschi, rosati profumati e rossi corposi accompagnano magistralmente ogni piatto.

LIMONE DI SORRENTO, l'oro della Costiera



Capri: la “perla del Golfo di Napoli”

Gioiello del Mar Tirreno a pochi chilometri dal Golfo di Napoli, Capri è un'isola che incanta con i suoi paesaggi mozzafiato e la sua eleganza senza tempo. Dalle acque brillanti della Grotta Azzurra ai maestosi Faraglioni che emergono dal mare, ogni angolo è uno spettacolo della natura. I suoi due centri, Capri e Anacapri, offrono scorci pittoreschi, boutique raffinate, giardini fioriti e viste indimenticabili dal Monte Solaro. Tra i resti della romana Villa Jovis e i profumi mediterranei dei Giardini di Augusto, l'isola racconta storie antiche e leggende affascinanti. Un luogo unico, dove mito e bellezza vivono in perfetto equilibrio.

Coltivato tra mare e terrazzamenti baciati dal sole, nei profumati “giardini di limoni” della Penisola Sorrentina e dell'isola di Capri, il limone di Sorrento IGP è un agrume unico per origine, gusto e tradizione. Cresce protetto dalle caratteristiche pagliarelle – stuoie di paglia posizionate sopra gli alberi – che ne rallentano la maturazione e preservano l'aroma: un metodo antico, tramandato da generazioni, che contribuisce a esaltarne le qualità. Ovale, dalla buccia spessa e di un giallo vivo, il limone di Sorrento sprigiona al tatto un profumo intenso, grazie alla presenza di oli essenziali. All'interno, una polpa giallo paglierino, succosa e rinfrescante, ricca di vitamina C e sali minerali, ideale per spremute, marmellate, primi piatti e dessert. È il cuore del celebre limoncello, ma anche l'anima di preparazioni tradizionali come le delizie al limone, i babà e il classico sorbetto. Riconosciuto come Indicazione Geografica Protetta, questo limone è coltivato solo in un'area ben definita, tra Sorrento, Massa Lubrense, Meta e Vico Equense, dove il microclima e il suolo donano al frutto caratteristiche inimitabili. Arrivato nel Sud Italia con la dominazione araba e citato nei testi del Rinascimento, oggi rappresenta una vera eccellenza del patrimonio agricolo italiano.





Spaghetti alla Nerano



Preparazione
15 minuti



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

spaghetti 320 g - **zucchine** 700 g - **Provolone del Monaco (o caciocavallo stagionato)** 150 g - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 30 g - **aglio** 1 spicchio - **basilico** - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Lava le zucchine, elimina le estremità e tagliale a rondelle sottili con una mandolina. Scalda abbondante olio in una padella a circa 150° e friggi le zucchine poche alla volta per 5-6 minuti, fino a dorarle. Scolale con una schiumarola e trasferiscile su carta assorbente per togliere l'olio in eccesso. Condiscile subito con un pizzico di sale e qualche foglia di basilico spezzettata, poi tienile da parte.

2. Porta a bollore una pentola con acqua salata. Nel frattempo scalda in una padella 30 g di olio con lo spicchio d'aglio in camicia. Una volta dorato, elimina l'aglio, unisci le zucchine fritte e aggiungi un mestolo di acqua di cottura della pasta, mescolando delicatamente.

3. Cuoci gli spaghetti molto al dente (circa 6 minuti), scolali direttamente nella padella con le zucchine e continua la cottura aggiungendo poca acqua di cottura alla volta per mantecare la pasta. Spegni il fuoco e incorpora il Provolone del Monaco grattugiato, mescolando fino a ottenere una crema. Unisci il Parmigiano, il restante provolone e qualche foglia di basilico fresco. Completa con una spolverata di pepe nero e servi subito.



Gattò di patate napoletano



Preparazione
40 minuti



Cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER UNA TEGLIA DA 20X25 CM

PER L'IMPASTO patate 1,5 kg - **salame Napoli** 150 g - **mortadella** 150 g - **provola** 120 g - **mozzarella** 120 g - **formaggio grattugiato** 80 g - **uova** 2 medie - **latte intero** 150 g - **burro** 50 g - **pangrattato** - **noce moscata** - **sale** - **pepe** **PER LA SUPERFICIE** pangrattato 20 g - **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato** 20 g - **burro** 30 g

1. Lessa le patate in acqua leggermente salata, poi pelale ancora calde e schiacciale in una ciotola capiente. Aggiungi il burro e il latte tiepido, mescola fino a ottenere una purea liscia e cremosa, quindi insaporisci con sale, pepe e una grattata di noce moscata.

2. In un secondo momento, incorpora le uova sbattute, i salumi a dadini, i formaggi ben scolati e il formaggio grattugiato. Mescola con cura fino a ottenere un composto omogeneo e compatto.

3. Imburra una teglia, cospargila con pangrattato e versa l'impasto, livellandolo bene. Spolverizza la superficie con pangrattato e Parmigiano, aggiungi dei fiocchetti di burro e cuoci in forno statico a 180° per circa 40 minuti. Lascia intiepidire il gattò per almeno 10 minuti prima di servirlo.

Le altre eccellenze

Provolone del Monaco

Ottenuto dal latte delle vacche agerolesi, il Provolone del Monaco DOP si distingue per la sua forma allungata senza “testina” e per il sapore deciso, frutto di una lunga stagionatura. Nato nel XVIII secolo sui Monti Lattari, prende il nome dalle pesanti mantelle, dette “monaci”, che i pastori indossavano trasportando il formaggio a Napoli. La cagliata è cotta più a lungo rispetto al caciocavallo tradizionale e il formaggio matura lentamente, spesso in grotta, senza conservanti. Dopo almeno sei mesi si ottiene un prodotto dal gusto unico e dalla consistenza compatta.



Pomodori San Marzano

Coltivato sui terreni vulcanici intorno a San Marzano sul Sarno, questo pomodoro è un'eccellenza campana dal sapore unico, riconosciuto come prodotto DOP dal 1996. Grazie alla forma allungata, la buccia sottile, la polpa soda, con pochissimi semi, e un gusto perfettamente bilanciato tra dolce e acidulo, è l'ingrediente ideale per sughi, conserve e piatti iconici della tradizione partenopea, dalla pizza napoletana al ragù della domenica, fino alla parmigiana di melanzane.



CENA IN BARCA con i sapori locali

Per scoprire la Costiera Amalfitana, niente è più suggestivo di un giro in barca tra scogliere, insenature nascoste e borghi affacciati sul mare. Gli amanti delle esperienze speciali possono optare per un raffinato gozzo artigianale, perfetto per navigare con comfort e stile. E per un tocco in più, si può optare anche per lo chef a bordo: durante la navigazione tra panorami mozzafiato, è possibile degustare un menù fresco e stagionale, che valorizza il pesce del giorno, le verdure locali e gli agrumi profumati della Costiera.

casangelina.com



CONSIGLI di viaggio



INDIRIZZI
UTILI

Casa Angelina

Incastonata sulle scogliere di Praiano, Casa Angelina è un gioiello di architettura moderna che si fonde con il paesaggio naturale della Costiera Amalfitana e offre una vista mozzafiato sul mare. La struttura segue una filosofia sostenibile che celebra il rispetto per il territorio e le tradizioni locali, regalando un'esperienza autentica e consapevole. Al lounge bar panoramico, i cocktail raccontano i profumi e i sapori della Costiera, proprio come il ristorante gourmet “Un Piano nel Cielo”, guidato dallo chef Leopoldo Elefante, che propone un viaggio gastronomico tra le prelibatezze locali e mediterranee.

casangelina.com

Stile tropicale

H&H

Realizzate in legno di mango con manici decorati, le posate per insalata H&H Home donano un tocco esotico e colorato alla tavola di tutti i giorni. Il caldo marrone chiaro naturale del legno si abbina a dettagli vivaci, tra tucani, leopardi e giraffe, che richiamano le atmosfere tropicali.

hh-lifestyle.it



scelti per VOI

Dalla colazione alla cena l'ispirazione giusta per portare in tavola decorazioni e accessori di stile

a cura di Michela Sassi



Artigianalità e design

RIEDEL

Il nuovo decanter 2025 di Riedel unisce design moderno e artigianalità: corpo soffiato a macchina, ispirato alla forma classica per Cabernet, e manico in cristallo applicato a mano, disponibile in quattro eleganti colori. Versatile e scenografico, è perfetto per vino, cocktail e bevande analcoliche. Disponibile nei formati regular e magnum.

riedel.com



Tocco nature

H&M HOME

Il vassoio in rattan fatto a mano di H&M Home combina stile rustico e funzionalità. Con i suoi due pratici manici, è perfetto per servire con eleganza o come raffinato elemento decorativo, mentre le dimensioni generose lo rendono ideale per ogni occasione.

hm.com/it

Brindisi multicolore

VILLEROY & BOCH

In cristallo e con splendidi riflessi colorati, la coppa spumante di Villeroy & Boch è perfetta per servire spumanti, champagne o cocktail: le sue sfumature vibranti e il raffinato gioco di luci valorizzano ogni brindisi con un tocco di eleganza.

villeroy-boch.it





Atmosfera rilassante

KASANOVA

Le candele profumate My Flame Candle sono il regalo perfetto per amici, parenti o colleghi. Racchiuse in un elegante bicchiere decorato con una celebre citazione, diventano un raffinato oggetto d'arredo. La fragranza Silky Tonka diffonde un aroma caldo e avvolgente, capace di creare un'atmosfera di comfort e relax in ogni ambiente.

kasanova.com

Tra mare, terra e cielo

EASY LIFE

Ispirata ai fondali marini, ai colori intensi della terra e alle trasparenze del cielo, la collezione Oceania di Easy Life unisce stile ed eleganza con una palette che spazia dal blu profondo alle calde sfumature ocra. Le forme morbide, le superfici lavorate e la porcellana finemente smaltata creano una mise en place raffinata, naturale e sempre attuale.

easylife.boutique



Texture rocciosa

TALES ON TABLES

Ispirati alla bellezza delle coste rocciose, i piatti Arenaria Delicacy sono caratterizzati da una superficie riccamente strutturata che dona personalità alla tavola. Realizzati a mano con smalti naturali e tonalità terrose che richiamano i paesaggi marini, ogni pezzo è un'opera artigianale unica. Eleganti e versatili, sono ideali per servire dessert o come raffinato supporto per bicchieri da vino.

talesontables.com



Saverio e Edoardo Dolcimascolo

Da oltre 30 anni il Ristorante 13 Giugno porta nel cuore di Milano i sapori e profumi di Sicilia. I titolari, Saverio ed Edoardo Dolcimascolo (nella foto), propongono la cucina tradizionale delle loro origini a base di pesce e frutti di mare, in una location romantica ed elegante. Saverio, palermitano doc, ha girato il mondo a bordo della nave Amerigo Vespucci e, dopo anni tra le capitali europee e numerose esperienze nella ristorazione, nel 1988 realizza il suo sogno: aprire un locale che racconti la Sicilia del cuore. Oggi, insieme al figlio Edoardo, continua a far vivere le sue grandi passioni in ogni piatto.

RISTORANTE 13 GIUGNO

Un nome che racconta una storia, un luogo che profuma di Sicilia, un angolo intimo e raffinato tra le vie di Milano: qui ogni dettaglio e ogni piatto raccontano con passione l'anima profonda dell'affascinante isola mediterranea

"13 Giugno" non è solo un nome, ma un affettuoso omaggio alle radici: Saverio, il proprietario, è il tredicesimo figlio di Antonio, e il 13 giugno è il giorno in cui si celebra Sant'Antonio da Padova. Da questa coincidenza nasce un ristorante che sa di casa e di mare: un'elegante oasi siciliana nel cuore di Milano, impreziosita da ceramiche colorate, dettagli in ferro battuto e un incantevole giardino d'inverno. Un ambiente intimo e accogliente, ideale per cene a lume di candela e occasioni indimenticabili. La cucina rende omaggio alla tradizione siciliana, celebrando i profumi e i sapori autentici del Mediterraneo: melanzane, menta, finocchietto selvatico, pesce freschissimo, crudi di mare, ricci, tonno e spada. Ingredienti genuini che si trasformano in piatti raffinati, curati in ogni dettaglio con passione e amore per la qualità. A completare l'esperienza, una selezione di vini d'eccellenza, che celebra i sapori d'Italia con uno sguardo speciale alla Sicilia e alle sue isole.



LO CHEF CONSIGLIA

CANNOLI SICILIANI



Preparazione
60 minuti



Cottura
13 minuti

INGREDIENTI PER PER CIRCA 30 CANNOLI

farina 00 250 g - zucchero 30 g - strutto 30 g - Marsala 50 g

- uovo 1 medio - aceto di vino bianco 10 g - sale fino 1

pizzico - scorza d'arancia 1 - cannella in polvere 2 g

PER IL RIPIENO ricotta di pecora 1 kg - zucchero 300 g

- gocce di cioccolato fondente PER SPENNELLARE tuorli

1. Lascia scolare la ricotta fresca in un colino per una notte, in modo che perda il suo siero.

2. Per l'impasto dei cannoli, in una ciotolina sciogli il sale nell'aceto. In una ciotola a parte setaccia la farina, unisci la cannella e lo strutto, quindi inizia a impastare con le mani. Aggiungi lo zucchero e la scorza d'arancia grattugiata, poi incorpora l'uovo e il Marsala. Infine aggiungi l'aceto con il sale sciolto e continua a lavorare l'impasto su una spianatoia leggermente infarinata, fino a formare un panetto omogeneo.

Copri lo con pellicola trasparente e lascialo riposare in frigorifero per 2 ore.

3. Riprendi la ricotta scolata e trasferiscila in una ciotola. Aggiungi lo zucchero e mescola con una spatola per amalgamare il tutto. Se vuoi ottenere una crema ancora più liscia, passala attraverso un colino a maglie fini. Unisci le gocce di cioccolato, mescola ancora, poi copri con pellicola e lascia riposare in frigorifero fino al momento della farcitura.

4. Preleva $\frac{1}{3}$ dell'impasto e tieni il resto coperto con pellicola per evitare che si secchi. Passa il panetto nella sfogliatrice partendo dallo spessore più largo. Ripiega la sfoglia su se stessa, unendo i lembi, e continua a passarla tra i rulli, riducendo gradualmente lo spessore, fino a ottenere una sfoglia sottile di circa 1,5 mm.

5. Con un coppapasta da 10 cm ricava dei dischi di pasta e avvolgili delicatamente intorno agli appositi stampi per cannoli. Spennella un'estremità con pochissimo tuorlo nel punto in cui si chiuderanno (facendo attenzione a non toccare lo stampo), poi sigilla bene facendo una leggera pressione. Man mano che li prepari, disponili su un vassoio e copri con un canovaccio.

6. Friggi i cannoli in olio di semi caldo a 175°, immergendoli prima con una punta verso il basso e poi lasciandoli completamente nell'olio. Cuocili fino a doratura, girandoli di tanto in tanto; si formeranno le tipiche bolle. Scolali su carta assorbente e lasciali raffreddare.

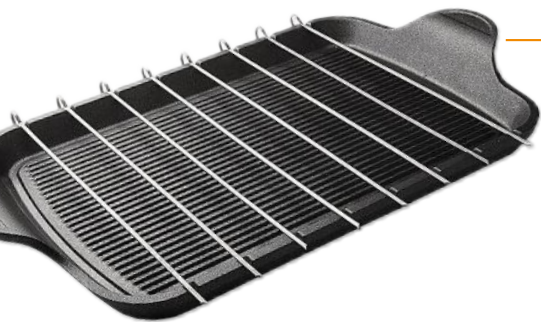
7. Una volta che i gusci si saranno raffreddati, sfila delicatamente i cilindri facendo una leggera pressione. Farcisci i cannoli con la crema di ricotta usando un sac-à-poche, poi guarniscili con granella di pistacchi e scorza d'arancia candita. Spolverizza con zucchero a velo e gusta subito.



IL CONSIGLIO

Al posto delle gocce di cioccolato puoi usare canditi a pezzetti. E se vuoi renderli ancora più golosi, spennella l'interno dei cannoli con del cioccolato fuso: lascialo solidificare bene prima di farcirli!

indispensabili IN CUCINA



Spiedini da chef

RISOLI

Robusta, versatile e 100% in alluminio pressofuso da 8 mm, Brochette Grill di Risoli cuoce in modo uniforme, senza grassi, esaltando ogni sapore. Con 8 spiedini in acciaio inox inclusi, è perfetta per grigliare carne, pesce e verdure su barbecue, fornelli o direttamente in forno.

risoli.com

strumenti UTILI

Pratici e dal design esclusivo, pensati per chi desidera stile e raffinatezza anche in cucina

a cura di Michela Sassi



Pratica e funzionale

WEBER

Con oltre 260°, la Piastra SLATE di Weber garantisce una cottura uniforme e impeccabile in ogni punto. La finitura smaltata antiaderente, pronta all'uso, evita attaccature e rende semplice cuocere hamburger, frutti di mare, verdure e tanto altro. Con piedini regolabili e supporto espandibile, si adatta a tutte le superfici: ideale per picnic, giardino o casa.

weber.com



Spremute smart

KITCHEN AID

Lo spremiagrumi cordless e compatto di Kitchen Aid estrae ogni goccia di succo grazie al movimento a inversione automatica, ideale per agrumi di tutte le dimensioni, dal lime al pompelmo. Il serbatoio con beccuccio antigoccia consente di versare senza sprechi, mentre i componenti lavabili in lavastoviglie assicurano una pulizia facile e veloce.

kitchenaid.it

Per tutti i fornelli

BIALETTI

L'iconica forma della moka Bialetti si rinnova con la nuova Moka Octagonal, caratterizzata da un design moderno, colori raffinati e texture esclusiva. Perfetta per chi ama la tradizione senza rinunciare alla funzionalità, unisce la classica compatibilità con il piano a gas alla tecnologia per l'induzione. Elegante, versatile e innovativa.

bialetti.com



La nostra SCUOLA di CUCINA



**Sebastian
Fitarau**

**Resident Chef
GialloZafferano**

Sebastian è diplomato presso l'ALMA – Scuola Internazionale di Cucina Italiana e propone una cucina contemporanea e genuina, curata in ogni dettaglio che unisce il gusto della semplicità a presentazioni impeccabili.

1. Ingredienti freschi: utilizza prezzemolo fresco, capperi, acciughe e uova di alta qualità. L'olio non deve essere troppo forte: la freschezza è fondamentale per un sapore intenso.

2. Equilibrio dei sapori: bilancia l'acidità e la salinità con succo di limone e/o un po' di aceto, senza sovrastare gli altri sapori.

3. Consistenza ideale: frulla gli ingredienti fino a ottenere una consistenza cremosa.

SALSA AL PREZZEMOLO

trucchi e consigli



IL TOCCO IN PIÙ

Puoi aggiungere pinoli tostiti o nocciole tritate, che doneranno una piacevole croccantezza alla salsa.

SALSA TERIYAKI

Grande classico della cucina giapponese, questo condimento si prepara con soli 4 ingredienti e pochi minuti sul fuoco: il risultato è una salsa lucida e profumata, perfetta per carni, pesce, poke bowl e marinature dal gusto intenso



Preparazione
5 minuti



Cottura
30 minuti

INGREDIENTI

salsa di soia 200 g - sakè 200 g
- mirin 200 g - zucchero 100 g



1 Versa i liquidi

Versa in un pentolino il sakè, il mirin e la salsa di soia, mescolando bene con un cucchiaino per amalgamare i liquidi. Usa un pentolino dal fondo spesso per evitare che la salsa si attacchi durante la cottura.



2 Aggiungi lo zucchero

Aggiungi lo zucchero e accendi il fuoco a fiamma media. Porta a leggero bollore, poi lascia cuocere mescolando di tanto in tanto. La salsa dovrà ridursi della metà: ci vorranno circa 30 minuti. Alla fine otterrai una consistenza fluida e omogenea, leggermente densa.



IL CONSIGLIO

La ricetta originale dalla salsa teriyaki è più fluida di quella che solitamente si trova nei ristoranti, ma se preferisci una consistenza più densa puoi aggiungere un cucchiaino di amido di mais sciolto in due cucchiaini d'acqua fredda. Tieni comunque presente che si addenserà ulteriormente raffreddandosi.

3 Fai raffreddare

Quando la salsa è pronta, spegni il fuoco e lasciala raffreddare a temperatura ambiente. Una volta intiepidita, trasferiscila in frigorifero per farla raffreddare completamente. La salsa teriyaki fatta in casa è pronta per essere utilizzata nelle tue ricette.



TAGLIATA DI MANZO

Un secondo morbido e succulento per gli amanti della carne rossa, reso irresistibile dalla nota agrodolce della salsa teriyaki

a cura di Michela Sassi



Preparazione
10 minuti



Cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4

manzo 500 g (entrecôte) - rosmarino

1 rametto - olio extravergine - sale

- salsa teriyaki

PER LA CAPONATINA carota 1 - zucchina

1 - melanzana 1 - peperone rosso 1

- peperone giallo 1 - pinoli 60 g - sale

- pepe nero - olio extravergine



1 Taglia la carne

Inizia occupandoti della carne: con un coltello affilato elimina il grasso e i nervi, poi tagliala in 4 pezzi uguali, ciascuno di circa 130 g.

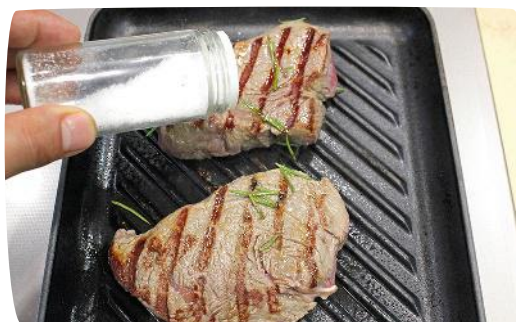


IL CONSIGLIO

Consuma la tagliata di manzo appena pronta, mentre la caponata puoi conservarla in frigorifero chiusa in un contenitore ermetico, per 3-4 giorni, evitando però di congelarla.

2 Insaporisci

In una pirofila versa 10 g di olio, aggiungi una parte degli aghi di rosmarino e sistema la carne. Copri con l'olio rimasto e distribuisce sopra gli aghi di rosmarino tenuti da parte. Lascia insaporire per 5-10 minuti.



4 Scotta la carne

Quando la carne è ben insaporita, scottala su una griglia molto calda per 2-3 minuti per lato, lasciandola tenera e rosa all'interno. Girala una sola volta con pinze o spatola per una cottura uniforme, poi aggiusta di sale a fine cottura.

3 Prepara la caponatina

Prepara la caponatina lavando tutte le verdure. Pela la carota e tagliala a cubetti da 5 mm, fai lo stesso con zucchine, melanzane e peperoni. In una pentola ampia con un filo d'olio, cuoci le carote per 3 minuti, poi aggiungi zucchine e peperoni, quindi cuoci altri 5 minuti. Unisci infine melanzane e pinoli e prosegui la cottura ancora per 4-5 minuti. Regola di sale e pepe, spegni e tieni da parte.



5 Impiatta

Disponi la caponatina nel piatto aiutandoti con un coppapasta da 10 cm. Taglia la carne in 4-5 fette di circa 2 cm di spessore e sistemale accanto. Completa con un filo di salsa teriyaki e, se vuoi, un rametto di rosmarino. La tagliata di manzo con caponatina e salsa teriyaki è pronta per essere servita.



mare e monti



1 Ombrina alla crema con paté di funghi e castagne



Preparazione
30 min+rip



Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

ombrine 2 da 500 g ciascuna, pulite e sfilettate - **castagne precotte** 200 g - **funghi porcini** 250 g - **scalogno** 1 piccolo - **aglio** ½ spicchio - **vino rosso** 100 ml - **panna fresca** - **pezzemolo** 1 ciuffo - **noce moscata** - **miso** - **timo** 2 rametti - **burro** 40 g - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Rosola a fuoco basso in una padella lo scalogno tritato con l'aglio, il timo e i funghi a pezzetti con 1 cucchiaino di salsa di soia. Unisci le castagne tritate, alza la fiamma, sfuma con il vino e lascia evaporare.

2. Prosegui la cottura per 10-15 minuti, unendo di tanto in tanto poca acqua calda, finché castagne e funghi saranno molto morbidi. Insaporisci con noce moscata grattugiata, pepe e 1-2 cucchiaini di miso. Trasferisci tutto nel mixer, aggiungi 2 cucchiaini d'olio e frulla fino a ottenere un composto omogeneo.

3. Scalda il burro in una padella finché sarà color nocciola, unisci il pesce, sala e rosolalo 1 minuto per parte. Toglilo dalla padella, versa 2-3 cucchiaini di panna e cuoci per 1-2 minuti, finché la salsa di addensa.

4. Disponi un cucchiaino di crema sul fondo dei piatti, aggiungi i filetti di ombrina, forma delle quenelles di paté con 2 cucchiaini, irrori con un filo d'olio frullato con le foglie del pezzemolo, aggiungi a piacere pomodori secchi e funghi sott'olio ben sgocciolati e servi.

2 Galette con pollo, peperonata e acciughe



Preparazione
20 minuti



Cottura
50 minuti

INGREDIENTI PER 6-8

pasta brisée pronta 1 confezione - **peperone rosso** 1 - **polpa di pollo** 400 g a pezzi - **cipolla** 1 - **salsa di pomodoro** 150 g - **alici sott'olio** 5-6 - **zucchero** - **pangrattato** - **basilico** 1 ciuffo - **olio extravergine** - **sale** - **pepe**

1. Rosola a fuoco basso la cipolla tritata con 3 cucchiaini d'olio, 2 d'acqua e un pizzico di sale per 3-4 minuti, mescolando. Aggiungi il peperone a listarelle e il pollo e fai insaporire per 2-3 minuti, mescolando. Unisci la salsa, ½ cucchiaino di zucchero e un pizzico di sale. Alza leggermente la fiamma, copri e cuoci per 5-6 minuti.

2. Rosola 3 cucchiaini di pangrattato in una padella con un filo d'olio finché sarà dorato. Stendi intanto la pasta brisée e trasferiscila in uno stampo a cerniera da 24 cm di diametro, conservando sotto la carta in dotazione.

3. Bucherella il fondo con la forchetta, spolverizza con il pangrattato aggiungi la peperonata con il pollo, disponici sopra i filetti di acciughe tagliati a pezzetti e foglie di basilico, ripiega i bordi e cuoci in forno già caldo a 180° per circa 40 minuti. Gustala tiepida.





4 Spaghetti al ragù bianco di coniglio con bottarga

Preparazione
20 minuti

Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4

spaghetti 280 g - lombatine di coniglio 300 g - farina - vino bianco 150 ml - aglio 1 spicchio - burro - bottarga di muggine 50 g - salvia - olio extravergine - sale - pepe

1. Elimina gli ossi delle lombatine di coniglio e riducile a dadini di ½ cm di lato. Infarinali, trasferiscili in un colino e scuoti per eliminare la farina in eccesso.

2. Scalda 3 cucchiaini d'olio e 15 g di burro nella casseruola con lo spicchio d'aglio e 2-3 foglie di salvia. Aggiungi i dadini di coniglio e rosolali a fiamma vivace per 2-3 minuti, mescolando. Irrora con il vino bianco e lascialo evaporare. Abbassa la fiamma, chiudi con il coperchio e prosegui la cottura per 4-5 minuti. Elimina l'aglio e la salvia, regola di sale e pepe e spegni.

3. Cuoci gli spaghetti in acqua bollente salata per il tempo indicato sulla confezione. Tieni da parte un mestolino dell'acqua di cottura e scolali al dente. Trasferiscili nella casseruola con il sugo, sotto la quale avrai riacceso il fuoco, aggiungi l'acqua di cottura messa da parte e fai insaporire a fiamma viva, mescolando per 1 minuto. Suddividi gli spaghetti nei piatti e servi, completando con la bottarga grattugiata a scaglette.



3 Frittura di gamberi con funghi e verdure

Preparazione
25 min+rip

Cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4

code di gamberi 12 - funghi porcini 2 - peperone rosso 1 - zucchina 1 - melanzana 1 piccola - uova 2 - farina 200 g - lievito di birra 6 g - birra chiara 200 ml - olio di semi di arachide - sale - pepe

1. Sguscia le uova in 2 ciotole, separando i tuorli dagli albumi. Con la frusta elettrica, stempera i tuorli con il lievito di birra e poi incorpora, poco alla volta, la farina alternata alla birra, fino a ottenere una pastella omogenea. Mettila a risposare in frigorifero.

2. Pulisci i gamberi, sgusciali, incidili sul dorso ed elimina il filetto nero, poi sciacquali bene e asciugali con carta assorbente. Pulisci anche le verdure e tagliale a fettine. Strofini i funghi con carta da cucina leggermente inumidita, elimina la base e affettali.

3. Monta a neve gli albumi e scalda abbondante olio in una padella. Togli la pastella dal frigorifero, incorporaci delicatamente, poco per volta, gli albumi montati, poi immergi man mano gamberi, funghi e verdure e friggili, pochi per volta, finché saranno dorati e croccanti. Scolali su carta assorbente da cucina, sala e servi.

Prodotto e realizzato da
OpenEyes Film Srl

DIRETTORE RESPONSABILE
Simona Stoppa
simonastoppa@openeyesfilm.net

HANNO COLLABORATO A
QUESTO NUMERO
il team e la redazione di
GialloZafferano
Ilaria Busato
Valeria Ciccotti
Giovanni Castaldi
Aurora Cortopassi
Lulù Garagari
Luca Perego
Benedetta Rossi
Manuel Saraceno

COLLABORATORI
Elena Di Renzo
Marilena Bergamaschi
Michela Sassi
Giovanna Marradi

FOTO
Antonio Bagnano
Gianmarco Folcolini
Ciro Rota
Anna D'Acunzo

GRAFICA
Michela Burkhart
Federica Esti

MONDADORI MEDIA S.P.A.
SEDE LEGALE

Via Gian Battista Vico 42, Milano

DISTRIBUZIONE a cura di Press Di srl.

SERVIZIO ABBONAMENTI è possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: sito web: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 02 49572001; dall'estero tel.: +39 02 86896172. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; posta: scrivere all'indirizzo: Direct Channel SpA - Casella 97 - Via Dalmazia 13, 25126 Brescia (BS). L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.

SERVIZIO ARRETRATI/COLLEZIONISTI

tel. 045 8884400, email collez@mondadori.it

PUBBLICITÀ Mediamond S.p.A. - Viale Europa 44, 20093 Cologno Monzese tel. 02 21025259, e-mail contatti@mediamond.it

Pubblicazione registrata al Tribunale di Milano n° 105 del 14/03/2017. Tutti i diritti riservati.

Stampa: Effe Printing Srl - Località Miole Le Campore - Oricola (L'Aquila)



Il nostro impegno. Utilizziamo carta certificata PEFC ottenuta da cellulosa riciclata e da fonti controllate. La nostra scelta contribuisce a salvaguardare nel tempo l'integrità del patrimonio forestale nel mondo per le generazioni presenti e future.



8 Modi per...

cucinare i funghi: grandi classici e idee originali per valorizzarne tutte le varietà

Subito pronto

Crêpes dolci e salate: farciture super golose per conquistare ogni palato, in ogni momento della giornata

Menu sano e leggero

Agrodolce: il mix perfetto di dolcezza e acidità dall'antipasto al dessert

Dolci fatti in casa

Ricette con le confetture: delizie profumate che riportano indietro nel tempo

... E TANTO ALTRO!



Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali ISSN 2532-3539

I LUNCH BOX

Perfetti per conservare il gusto e la freschezza dei tuoi piatti.



- Perfetti per una gita e comodi per l'ufficio • Adatti al frigorifero
- Con comodi scomparti • Con forchetta o cucchiaino e coltello

Dal **10 SETTEMBRE** ogni prodotto solo € **4,90***

In edicola con **GialloZafferano**

Scopri lo shop online su MONDADORIPERTE.IT

* Prezzo rivista escluso.

LASCIATI STUPIRE DAL GUSTO DELLA NOVITÀ

NOVITÀ:
SI MANGIA CON
LA BUCCIA



Cerchi uno snack gustoso ma salutare? Non farti scappare Lupami, il lupino che si mangia con la buccia. Legumi ricchi di proteine vegetali, 100% italiani e disponibili in tre gusti con ingredienti freschi: aglio e rosmarino, aceto balsamico e peperoncino e lime. Prova l'ultima novità Madama Oliva!

Scopri tutta la gamma dedicata ai lupini!



madamaoliva.it

